

# Ementa Semanal

22 a 28 de Julho de 2024

## Almoço

## Jantar

### Segunda-feira

Sopa de Brócolos  
Arroz branco c/ ovos mexidos e salada de alface e milho <sup>3,5,6</sup>  
Fruta da Época

Sopa de abóbora e ervilhas <sup>12</sup>  
Caldeirada de peixe (cebola, tomate, pimento) <sup>4</sup>  
Fruta da época

### Terça Feira

Sopa de Cenoura e alho francês  
Empadão de atum (cebola, cenoura, tomate) e batata salada de tomate e pepino <sup>4,12</sup>  
Fruta da Época

Sopa de Courgette  
Coxas de frango estufadas c/ molho de cerveja e cous cous c/ Salada de alface <sup>1</sup>  
Fruta da Época

### Quarta-feira

Sopa de Repolho e feijão manteiga <sup>12</sup>  
Lombo de porco no forno c/ batatas assadas, arroz branco e esparregado de espinafres <sup>1</sup>  
Fruta da Época

Sopa de Espinafres  
Filetes de pescada c/ arroz de couve <sup>1,3,4,5,6,12</sup>  
Fruta da Época

### Quinta-feira

Sopa de Brócolos  
Red fish no forno (cebola, tomate, pimento) e batatas cozidas e brócolos salteados <sup>4</sup>  
Gelatina

Creme de cenoura  
Mista grelhada c/ massa de laços cozida e salada de alface, pepino e beterraba <sup>1,5,6</sup>  
Fruta da Época

### Sexta-feira

Sopa de C. coração  
Esparguete à bolonhesa c/ salada de alface e cenoura <sup>1</sup>  
Fruta da Época

Sopa de Feijão Verde  
Abrótea cozida c/ batatas cozidas, brócolos e c. flor cozidos <sup>4</sup>  
Fruta da Época

### Sábado

Sopa Juliana  
Bacalhau c/ natas c/ Salada de alface e cebola <sup>4,7</sup>  
Fruta da Época

Sopa de Alface  
Bife de peru grelhado e massa espiral cozida c/ feijão verde cozido <sup>1,12</sup>  
Fruta da Época

### Domingo

Sopa de Abóbora e c. flor  
Carne de vaca estufada (cenoura, courgette) e massa de cotovelos estufada <sup>1</sup>  
Fruta da época

Sopa de Nabo  
Perca estufada (cenoura, alho francês) e puré de batata <sup>4</sup>  
Fruta da Época

ALÉRGENIOS : 1) Glúten 2) Crustáceos 3) Ovos 4) Peixes 5) Amendoins 6) Soja 7) Leite 8) Frutos de casca rija 9) Aipo 10) Mostarda 11) Sementes de sésamo 12) Dióxido de enxofre/Sulfitos 13) Tremoços 14) Moluscos

**Observações:** Por imposição de mercado, a ementa poderá ser sujeita a alterações.

