

Ementa Semanal

21 a 27 de Outubro de 2024

Almoço

Jantar

Segunda-feira

Sopa de Alho francês
Hambúrguer grelhado c/ arroz de ervilhas e cenoura e salada de tomate e pepino ^{5,6,12}
Fruta da Época

Sopa de Nabo
Abrótea cozida c/ batata cozida e feijão verde cozido ⁴
Fruta da Época

Terça Feira

Sopa Juliana
Caldeirada de Raia (cebola, tomate, pimento e salada de alface ^{1,4}
Fruta da Época

Sopa de Brócolos
Croquetes de carne c/ arroz de tomate e salada de alface e cenoura ^{1,3,5,6,12}
Fruta da Época

Quarta-feira

Sopa de Feijão verde
Carne de vaca estufada (cebola, cenoura, courgette) e massa espiral cozida
Fruta da Época

Sopa de Repolho
Carapau de cebolada c/ batatas cozidas e c. coração cozida ⁴
Fruta da Época

Quinta-feira

Sopa de espinafres
Filetes de pescada no forno c/ arroz malandro de feijão vermelho e repolho salteado ^{1,4,12}
Gelatina

Sopa de Cenoura e coentros
Bifanas de porco estufadas c/ couscous e Salada de alface, cebola e oregãos ¹
Fruta da Época

Sexta-feira

Sopa de C. coração e feijão vermelho ¹²
Bife de peru grelhado c/ esparguete cozido e Salada de alface e c. roxa ^{1,5,6}
Fruta da Época

Sopa de Abóbora e c. flor
Red fish no forno c/ batatas assadas e Brócolos cozidos ⁴
Fruta da Época

Sábado

Creme de legumes
Arroz de polvo malandrinho c/ Salada de alface e pepino ¹⁴
Fruta da Época

Sopa de Alho francês
Coelho à caçador c/ batata cozida e Feijão verde cozido
Fruta da Época

Domingo

Sopa de C. galega
Frango assado c/ batatas assadas e juliana de repolho e cenoura salteados
Fruta da época

Sopa de Brócolos
Maruca estufada (cenoura, alho francês) e arroz branco c/ salada de alface ⁴
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.

