

Ementa Semanal

9 a 15 de Dezembro de 2024

Almoço

Jantar

Segunda-feira

Sopa de Feijão Verde
Panados de peru c/ arroz de repolho^{3,5,6,12}
Fruta da Época

Creme de cenoura
Maruca estufada (cenoura, alho francês) e puré de batata c/ salada de alface⁴
Fruta da época

Terça Feira

Sopa de Espinafres e grão¹²
Salada russa c/ atum e ovo cozido^{3,4,12}
Fruta da Época

Sopa de Repolho
Coelho estufado (cebola, cenoura, beringela) e arroz branco
Fruta da Época

Quarta-feira

Sopa de Alho francês
Coxas de frango estufadas c/ açafreão e couscous e brócolos cozidos
Fruta da Época

Sopa de Cenoura e c. flor
Carapau de cebolada c/ batatas assadas e salada de alface e pepino⁴
Fruta da Época

Quinta-feira

Sopa de Abóbora e salsa
Filetes de pescada c/ arroz de cenoura e ervilhas e salada de alface^{3,4,5,6,12}
Gelatina

Sopa de Courgette
Fêveras grelhadas c/ esparguete cozida e salada de alface, cenoura e beterraba^{1,5,6}
Fruta da Época

Sexta-feira

Sopa Juliana
Feijoada à transmontana¹²
Fruta da Época

Sopa de Nabo
Pescada cozida c/ batatas cozidas, c. portuguesa e cenoura cozidos⁴
Fruta da Época

Sábado

Creme de ervilhas¹²
Solha no forno c/ batatas assadas e brócolos cozidos⁴
Fruta da Época

Sopa de C. coração
Massada de peru (cebola, cenoura) e salada de alface¹
Fruta da Época

Domingo

Sopa de Brócolos
Bife de frango grelhado c/ esparguete cozido e Salada de alface e pepino^{1,5,6}
Aletria^{1,3,7}

Sopa de Alface
Ovo cozido c/ batata cozida, grão cozido, cenoura e repolho cozido^{3,12}
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) Tremeços 14) Moluscos

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

