

# Ementa Refeitório



## ALMOÇO

Ementa de 18-01 a 22-01-2022

2ª Feira		17/01/2022
<b>Sopa</b>	Canja de Galinha com massa a)	
<b>Prato</b>	Gratinado de frango com massa penne a) g); Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta/iogurte	
3ª Feira		18/01/2022
<b>Sopa</b>	de hortalíça com feijão branco	
<b>Prato</b>	Filetes de Pescada no forno com arroz de cenoura c) d) g) ; Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta/iogurte	
4ª Feira		19/01/2022
<b>Sopa</b>	de nabiças com grão	
<b>Prato</b>	Esparguete à Bolonhesa a) ; Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
5ª Feira		20/01/2022
<b>Sopa</b>	de Espinafres	
<b>Prato</b>	Pudim de atum(feito com arroz)d); Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta/iogurte	
6ª Feira		21/01/2022
<b>Sopa</b>	Creme de ervilhas	
<b>Prato</b>	Empadão de carne (g); Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta/iogurte	

A ementa pode vir a ser alterada

### Informação relativa aos alergénios

- |                       |                         |
|-----------------------|-------------------------|
| a) Cereais com glúten | g) Leite                |
| b) Crustáceos         | h) Frutos de Casca Rija |
| c) Ovos               | i) Aipo                 |
| d)- Peixe             | j) Mostarda             |
| e)- Amendoins         | k) Sementes de sésamo   |
| f) Soja               |                         |