

Ementa Refeitório



ALMOÇO

Ementa de 18-01 a 22-01-2021

2ª Feira		18-01-2021
Sopa	Canja de Galinha com massa a)	
Prato	Gratinado de frango com massa penne a) g); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
3ª Feira		19-01-2021
Sopa	de hortaliça com feijão branco	
Prato	Filetes de Pescada no forno com arroz de cenoura c) d) g) ; Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
4ª Feira		20-01-2021
Sopa	de nabijas com grão	
Prato	Esparguete à Bolonhesa a) ; Salada	
Sobremesa	Fruta	
5ª Feira		21-01-2021
Sopa	de Espinafres	
Prato	Pudim de atum(feito com arroz)d); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
6ª Feira		22-01-2021
Sopa	Creme de ervilhas	
Prato	Empadão de carne (g); Salada	
Sobremesa	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 | |