



Semana 18 / 09 / 2017 a 22 / 09 / 2017

EMENTA

Ingredientes Alergénios

Segunda-feira	Sopa	CREME DE CENOURA – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura, abóbora	
	Prato	SALADA RUSSA – azeite, sal, batata, cenoura, feijão verde, atum e ovo	atum
	Salada	Alface, tomate, pepino	
	Sobremesa	Mousse de Chocolate, banana, maçã	
	Pão	Pão de mistura	Farinha
Terça-feira	Sopa	ESPINAFRE / FEIJÃO SECO	
	Prato	CARNE ESTUFADA C/ ESPARGUETE COZIDO – azeite, sal, carne de vitela, esparguete, tomate, cebola e alho	
	Salada	Alface, tomate, pepino	
	Sobremesa	Laranja, nectarina, pera	
	Pão	Pão de mistura	Farinha
Quarta-feira	Sopa	COUVE FLOR / ALHO FRANCÊS – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura couve flor e alho francês	
	Prato	BACALHAU C/ NATAS – azeite, sal, bacalhau, cebola, alho, natas vegetais, leite, batata e queijo ralado	Leite, bacalhau
	Salada	Alface, tomate, couve roxa	
	Sobremesa	Laranja, kiwi, maçã	
	Pão	Pão de mistura	Farinha
Quinta-feira	Sopa	COURGETTE / AGRIÃO – água, azeite, sal, cenoura, courgette e agrião	
	Prato	PANADO DE PERU C/ ARROZ DE CENOURA – azeite, sal, arroz, limão, alho, peru, pão ralado, óleo, ovo	
	Salada	Alface, pepino, tomate	
	Sobremesa	Laranja, pêssego, pera	
	Pão	Pão de mistura	Farinha
Sexta-feira	Sopa	CREME DE LEGUMES – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura, couve flor, feijão verde, repolho	
	Prato	EMPADÃO DE PEIXE – azeite, sal, peixe, esparguete, atum, cenoura, tomate, alho	Peixe
	Salada	Alface, cenoura, tomate	
	Sobremesa	Maçã, pera, melancia	
	Pão	Pão de mistura	Farinha

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1 Cereais que contêm 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 e sulfitos, 13 Tremoço, 14 Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A Cozinheira

O Diretor do Agrupamento