



Semana 26 / 02 / 2018 a 02 / 03 / 2018

# EMENTA

Ingredientes Alergénios

Segunda-feira	Sopa	CREME DE CENOURA – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura, abóbora	
	Prato	CARNE ESTUFADA C/ BATATA COZIDA – azeite, sal, cebola, alho, polpa, carne, batata	
	Salada	Alface, tomate, pepino	
	Sobremesa	Pera, maçã, pera	
	Vegetariana		
Terça-feira	Sopa	ESPINAFRES / GRÃO DE BICO – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura, abóbora, espinafres, grão de bico	
	Prato	MARUCA ASSADA C/ ARROZ DE CENOURA – azeite, sal, cebola, alho, maruca, arroz, cenoura	
	Salada	Alface, couve roxa, tomate	
	Sobremesa	Laranja, gelatina, maçã	
	Vegetariana	Pão de mistura	
Quarta-feira	Sopa	CHUCHU – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura, abóbora, chuchu	
	Prato	HAMBURGUER C/ BATATA FRITA – azeite, sal, alho, batata, óleo, ketchup	
	Salada	Alface, cenoura, pepino	
	Sobremesa	Tangerina, pera, maçã	
	Vegetariana		
Quinta-feira	Sopa	COURGETTE / CENOURA – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura, abóbora, courgette	
	Prato	ARROZ DE POLVO C/ FEIJÃO SECO E COUVE – azeite, sal, arroz, polpa, cebola, alho, polvo, feijão seco, couve	
	Salada	Alface, tomate, pepino	
	Sobremesa	Laranja, maçã, pera	
	Vegetariana	Pão de mistura	
Sexta-feira	Sopa	COUVE LOMBARDA / FEIJÃO SECO – água, azeite, sal, cebola, batata, couve, feijão	
	Prato	FRANGO ESTUFADO C/ PURÊ DE BATATA – azeite, sal, alho, cebola, polpa, frango, batata, leite, margarina	
	Salada	Alface, tomate, pepino	
	Sobremesa	Laranja, pera, maçã	
	Vegetariana	Pão de mistura	

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