



Semana 30 / 10 / 2017 a 03 / 11 / 2017

EMENTA

Ingredientes Alergénios

Segunda-feira	Sopa	CREME DE LEGUMES – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura, abóbora, repolho e courgette	
	Prato	MASSA C/ ATUM – azeite, sal, cebola, atum, massa esparguete	Atum
	Salada	Alface, tomate, cenoura	
	Sobremesa	Laranja, maçã, kiwi e iogurte	Leite
	Pão	Pão de mistura	Farinha
Terça-feira	Sopa	Feijão-verde – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura, abóbora e feijão verde	
	Prato	FRANGO ASSADO C/ BATATA FRITA – azeite, sal, alho, limão, batata, frango	
	Salada	Alface, tomate e couve roxa	
	Sobremesa	Laranja, maçã e pera	
	Pão	Pão de mistura	Farinha
Quarta-feira	Sopa	FERIADO	
	Prato		
	Salada		
	Sobremesa		
	Pão		
Quinta-feira	Sopa	ESPINAFRES / GRÃO DE BICO – água, azeite, sal, cenoura, espinafres, grão de bico	
	Prato	PEIXE ASSADO C/ ARROZ DE FEIJÃO VERDE – azeite, sal, cebola, alho, arroz, peixe vermelho, feijão, polpa	Peixe
	Salada	Alface, tomate e pepino	
	Sobremesa	Gelatina, maçã, nectarina	
	Pão	Pão de mistura	Farinha
Sexta-feira	Sopa	AGRIÃO – água, azeite, sal, batata, cebola, cenoura, repolho e agrião	
	Prato	MASSA C/ CARNE – azeite, sal, cebola, alho, carne vitela, massa, polpa	
	Salada	Alface, pepino, tomate	
	Sobremesa	Pêssego, maçã e pera	
	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