




EMENTA

| 6 - Semana de 30 - 12 - 2024 a 03 - 01 - 2025 | | |
|---|---|--|
| P-V | Almoço | Alergénios |
| 2ª Feira | <p><i>Sopa e repolho e feijão branco</i></p> <p>Geral: Panadinhos de frango com massa esparguete e salada de alface e tomate ●</p> <p>Dieta: Bife de frango estufado ao natural com arroz e cenoura cozidas ●</p> <p>Fruta da época</p> |  |
| 3ª Feira | ENCERRADO | |
| 4ª Feira | ENCERRADO | |
| 5ª Feira | <p><i>Sopa de espinafres</i></p> <p>Geral: Lombinhos de pescada em caldeirada com arroz e salada de couve roxa e alface ●</p> <p>Dieta: Pescada cozida ao natural com batata cozida e salteado com cenoura e couve coração ●</p> <p>Fruta da época</p> |  |
| 6ª Feira | <p><i>Creme de abóbora</i></p> <p>Geral: Chilli de carne (vitela picada estufada em tomate e feijão vermelho) com arroz branco e salada de alface e couve-roxa ●</p> <p>Dieta: Vitela estufada em cru com arroz branco e penca cozida ●</p> <p>Fruta da época</p> |  |

Regulamento (EU) N°1169/2011:

| | | | | | | | | | |
|---|--------------------|---|-------------------------------|---|----------------------|---|----------|---|-----------|
|  | Glúten |  | Crustáceos |  | Ovo |  | Peixe |  | Amendoins |
|  | Soja |  | Leite |  | Frutos de casca rija |  | Aipo |  | Mostarda |
|  | Sementes de sésamo |  | Dióxido de enxofre e sulfitos |  | Tremoço |  | Moluscos | | |

Pratos com métodos de confeção leves, sem/com pouca gordura, peixe ou carnes magras.

● Pratos com métodos de confeção leves, com quantidade média de gordura ou carnes vermelhas.

● Pratos com maior quantidade de gordura, fritos ou enchidos/processados.

As ementas em vigor foram elaboradas com base nas recomendações da Circular n°3/DSEAS7DGE72013 e DGE/DGS/ON/2018.

Prevê-se alteração à **ementa** por motivos religiosos, festividades, donativos, alteração da sazonalidade dos produtos hortícolas, excesso ou rutura de stock.