

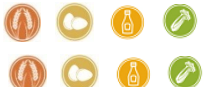



Semana 1 – Semana de 6/06 a 10/06		
P-V	Almoço	Alergénios
2ª Feira	<p><i>Sopa de Feijão-verde</i></p> <p><b>Geral:</b> Bife de peru grelhado com massa espiral estufada em cenoura e salada de alface e pepino ●</p> <p><b>Dieta:</b> Bife de peru grelhado com massa espiral e cenoura cozidas ●</p> <p>Fruta da época</p>	
3ª Feira	<p><i>Sopa de alface</i></p> <p><b>Geral:</b> Filete de pescada panados no forno com salada russa (ervilhas, batata e cenoura) ●</p> <p><b>Dieta:</b> Pescada cozida com batata e feijão-verde cozidos ●</p> <p>Fruta da época</p>	
4ª Feira	<p><i>Creme de abóbora</i></p> <p><b>Geral:</b> Bolonhesa de novilho (novilho picado estufada em tomate) com massa esparguete cozida e salada de alface e tomate ●</p> <p><b>Dieta:</b> Novilho aos cubos estufado em cru com massa esparguete e hortaliça cozida ●</p> <p>Fruta da época</p>	
5ª Feira	<p><i>Sopa de espinafres</i></p> <p><b>Geral:</b> Salmão grelhado com arroz fresco de tomate e brócolos cozidos ●</p> <p><b>Dieta:</b> Pescada grelhada com arroz fresco de tomate e brócolos cozidos ●</p> <p>Fruta da época / Gelado</p>	
6ª Feira	FERIADO	

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 nº3/DSEEAS7DGE72013 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.