



Ementa

SECUNDÁRIA



29 de abril a 3 de maio

SEGUNDA FEIRA	Sopa	Agrião e cenoura
	Prato	Esparguete à bolonhesa ^{1, 7, 12}
	Legumes	Alface, cebola, tomate e couve roxa
	Vegetariano	Bolonhesa de lentilhas ^{1, 6}
	Sobremesa	Fruta da época

TERÇA FEIRA	Sopa	Da avó
	Prato	Salmão ^{4, 12} no forno com batata cozida
	Legumes	Brócolos cozidos
	Vegetariano	Salada de 3 feijões (verde, vermelho e branco) e brócolos cozidos
	Sobremesa	Fruta da época

QUARTA FEIRA	Sopa	
	Prato	
	Legumes	
	Vegetariano	
	Sobremesa	

QUINTA FEIRA	Sopa	Alho francês
	Prato	Bacalhau ^{4, 12} com grão, batata e ovo ³
	Legumes	Couve e cenoura
	Vegetariano	Salada de grão colorida (grão, batata, milho, cenoura e feijão verde)
	Sobremesa	Fruta da época

SEXTA FEIRA	Sopa	Creme de brócolos
	Prato	Febras grelhadas com arroz primavera (cenoura, ervilhas e milho)
	Legumes	Alface, cebola e tomate
	Vegetariano	Cogumelos ¹² salteados com cebola, arroz e legumes (courgette e alho francês)
	Sobremesa	Fruta da época

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: ¹ Cereais que contém glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixe, 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 Tremeços, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

Notas: Os utentes que pretendam a refeição vegetariana, terão de marcar a senha de almoço com 3 dias de antecedência.

A ementa pode estar sujeita a alterações.





Ementa

Ruy D'Andrade



29 de abril a 3 de maio

SEGUNDA FEIRA	Sopa	Agrião e cenoura
	Prato	Esparguete à bolonhesa ^{1, 7, 12}
	Legumes	Alface, cebola, tomate e couve roxa
	Vegetariano	Bolonhesa de lentilhas ^{1, 6}
	Sobremesa	Fruta da época

TERÇA FEIRA	Sopa	Da avó
	Prato	Salmão ^{4, 12} no forno com batata cozida
	Legumes	Brócolos cozidos
	Vegetariano	Salada de 3 feijões (verde, vermelho e branco) e brócolos cozidos
	Sobremesa	Fruta da época

QUARTA FEIRA	Sopa	
	Prato	
	Legumes	
	Vegetariano	
	Sobremesa	

QUINTA FEIRA	Sopa	Alho francês
	Prato	Bacalhau ^{4, 12} com grão, batata e ovo ³
	Legumes	Couve e cenoura
	Vegetariano	Salada de grão colorida (grão, batata, milho, cenoura e feijão verde)
	Sobremesa	Fruta da época

SEXTA FEIRA	Sopa	Creme de brócolos
	Prato	Febras grelhadas com arroz primavera (cenoura, ervilhas e milho)
	Legumes	Alface, cebola e tomate
	Vegetariano	Cogumelos ¹² salteados com cebola, arroz e legumes (courgette e alho francês)
	Sobremesa	Fruta da época

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: ¹ Cereais que contém glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixe, 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 Tremoços, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

Notas: Os utentes que pretendam a refeição vegetariana, terão de marcar a senha de almoço com 3 dias de antecedência.

A ementa pode estar sujeita a alterações.

