



EMENTA | Janeiro

Segunda-feira – 20

Sopa	Creme de cenoura com grão	
Prato Principal	Pernas de frango no forno com arroz de legumes	Sulfitos
Salada	-	
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>Leite, pão com manteiga e fruta</i>	Leite e glúten

Terça-feira – 21

Sopa	Couve-lombarda	
Prato Principal	Maruca de cebolada com batatas e legumes	Peixe
Salada	-	
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte e sandes de queijo</i>	Leite e glúten

Quarta-feira – 22

Sopa	Abóbora e agrião	
Prato Principal	Novilho estufado c/ legumes, massa e cogumelos	Glúten, Sulfitos
Salada	Alface, rúcula e coentros	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>Leite e pão com doce de morango</i>	Leite e Glúten

Quinta-feira – 23

Sopa	Caldo verde	
Prato Principal	Salada q. de bacalhau c/ grão ovo batata e legumes	Ovo, Peixe
Salada	Tomate, cenoura e rúcula	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte, pão com manteiga e fruta</i>	Leite e Glúten

Sexta-feira – 24

Sopa	Cenoura e ervilhas	
Prato Principal	Hamburguer de porco c/ arroz branco	Glúten e Sulfitos
Salada	Alface, tomate e pimento	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>Leite e sandes de fiambre</i>	Leite e Glúten

Nota: Esta ementa é elaborada de acordo com os critérios de avaliação definidas pela ARS Algarve.

A ementa poderá sofrer alterações, sempre que se justifique.

Os pratos elaborados com massa podem conter vestígios de ovos.

A Gelatina pode conter vestígios de ovo e leite.

Fiambre pode conter soja.

