



EMENTA | Setembro

Segunda-feira – 6

| | | |
|-----------------|--|----------------|
| Sopa | Alho-francês | |
| Prato Principal | Corvina no forno com batata, cenoura, couve-flor e abobora | Peixe |
| Salada | --- | |
| Sobremesa | Salada de fruta | |
| Lanche | logurte e pão com fiambre | Leite e Glúten |

Terça-feira – 7

| | | |
|-----------------|--|----------------|
| Sopa | Cenoura e Lombardo | |
| Prato Principal | Cozido simples (carne novilho, frango, cenoura, feijão-verde, couve e arroz) | |
| Salada | --- | |
| Sobremesa | 3 variedades de fruta da época | |
| Lanche | Leite, pão com manteiga e fruta | Leite e Glúten |

Quarta-feira – 8

| | | |
|-----------------|--------------------------------|----------------------------|
| Sopa | Legumes com lentilhas | |
| Prato Principal | Caldeirada de tamboril | Peixe |
| Salada | Agrião, tomate e couve-roxa | Sulfitos |
| Sobremesa | 3 variedades de fruta da época | |
| Lanche | logurte e pão com chouriço | Leite Glúten Soja Sulfitos |

Quinta-feira – 9

| | | |
|-----------------|---------------------------------------|----------------|
| Sopa | Portuguesa | |
| Prato Principal | Perna de Peru estufada com esparguete | Glúten |
| Salada | Rúcula, cenoura e beterraba | Sulfitos |
| Sobremesa | 3 variedades de fruta da época | |
| Lanche | Leite e pão com queijo | Leite e Glúten |

Sexta-feira – 10

| | | |
|-----------------|-----------------------------------|----------------|
| Sopa | Nabiças | |
| Prato Principal | Calamares com arroz de ervilhas | Glúten e Peixe |
| Salada | Alface, pepino e cebola | Sulfitos |
| Sobremesa | 3 variedades de fruta da época | |
| Lanche | logurte, pão com manteiga e fruta | 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.



