



EMENTA | Julho

Segunda-feira – 15

Sopa	Alface
Prato Principal	Frango estufado com cogumelos e massa ^{1,12}
Hortícolas	Alface, couve-roxa e cenoura ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	Leite, pão com manteiga e fruta ^{1,7}

Terça-feira – 16

Sopa	Juliana
Prato Principal	Salada de cavala com ovo, batata e grão ^{3,4}
Hortícolas	Tomate, pepino e cebola ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte e pão integral com fiambre ^{1,6,7}

Quarta-feira – 17

Sopa	Creme de ervilhas
Prato Principal	Novilho guisado com macarrão ¹
Hortícolas	Cenoura e feijão-verde ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	Leite e pão com queijo ^{1,7}

Quinta-feira – 18

Sopa	Agrião
Prato Principal	Bacalhau à Brás ^{3,4}
Hortícolas	Alface, tomate e pepino ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte, pão com manteiga e fruta ^{1,7}

Sexta-feira – 19

Sopa	Cenoura e lombardo
Prato Principal	Lombo de porco com arroz de coentros
Hortícolas	Agrião, beterraba e cebola ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	Leite e pão com fiambre ^{1,6,7}

Nota: Esta ementa é elaborada de acordo com os critérios definidos pela DGE. A ementa poderá sofrer alterações, sempre que se justifique. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

