



EMENTA | Agosto

Segunda-feira – 19

Sopa	Hortaliças
Prato Principal	Corvina de cebolada com batata no forno ⁴
Hortícolas	Cenoura e feijão-verde salteados ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte e pão com queijo ^{1,7}

Terça-feira – 20

Sopa	Brócolos
Prato Principal	Novilho guisado com grão, macarrão e cenoura ¹
Hortícolas	Alface, tomate e couve-roxa ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	Leite, pão com manteiga e fruta ^{1,7}

Quarta-feira – 21

Sopa	Creme de alho-francês
Prato Principal	Esparguete à Bolonhesa ^{1,12}
Hortícolas	Agrião, tomate e cenoura ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte e pão com fiambre ^{1,6,7}

Quinta-feira – 22

Sopa	Agrião
Prato Principal	Salada de Atum ^{3,4}
Hortícolas	Alface, pepino e couve-roxa ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	Leite e pão com queijo ^{1,7}

Sexta-feira – 23

Sopa	Espinafres
Prato Principal	Arroz de Pato ¹²
Hortícolas	Tomate, cebola e pepino ¹²
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte, pão com manteiga e fruta ^{1,7}

Nota: Esta ementa é elaborada de acordo com os critérios definidas 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.

