



EMENTA | Dezembro

Segunda-feira – 2

		Alergénios
Sopa	Courgette e brócolos	
Prato Principal	Bife de peru c/arroz de legumes	Sulfitos
Salada	-	
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	logurte, pão com manteiga e fruta	Glúten

Terça-feira – 3

		Alergénios
Sopa	Abóbora e espinafres	
Prato Principal	Salada de atum (feijão-frade, ovo, batata, cenoura)	Peixe e Ovo
Salada	Tomate, pepino e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	Leite e sandes de queijo	Leite e glúten

Quarta-feira – 4

		Alergénios
Sopa	Creme de alho francês	
Prato Principal	Frango em tomate c/esparguete	Glúten, Sulfitos
Salada	Alface, cenoura e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	Sumo laranja e sandes de fiambre	Glúten

Quinta-feira – 5

		Alergénios
Sopa	Cenoura e lombardo	
Prato Principal	Abrótea c/ batata cozida, cenoura e feijão-verde	Peixe
Salada	Alface, tomate e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	Leite, pão com manteiga e fruta	Leite e glúten

Sexta-feira – 6

		Alergénios
Sopa	Feijão-verde	
Prato Principal	Feijoada de carne de porco c/ arroz branco	Sulfitos
Salada	Couve-roxa, tomate e milho	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	logurte, pão com doce de abobora	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.

