



EMENTA | Março

Segunda-feira – 2

Sopa	Abóbora e cenoura	
Prato Principal	Medalhões de pescada em cebolada c/ batata e legumes	Peixe
Salada	---	
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	Leite, pão com manteiga e fruta	Leite e Glúten

Terça-feira – 3

Sopa	Agrião	
Prato Principal	Frango no forno com limão e arroz branco	
Salada	Alface, beterraba e milho	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	Sumo de Pera e sandes de chouriço	Glúten, Soja e Sulfitos

Quarta-feira – 4

Sopa	Courgette e coentros	
Prato Principal	Bacalhau à Gomes de Sá	Ovo, Peixe
Salada	Tomate, pepino e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	logurte e sandes de fiambre	Leite e Glúten

Quinta-feira – 5

Sopa	Couve-lombarda c/ hortelã	
Prato Principal	Peru estufado c/ cenoura, cogumelos e massa	Glúten, Sulfitos
Salada	Alface, cebola e coentros	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	Leite e sandes de queijo	Leite e Glúten

Sexta-feira – 6

Sopa	Creme de cenoura com agriões	
Prato Principal	Arroz de atum	Peixe
Salada	Couve-roxa, cenoura e alface	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.

