



EMENTA | Dezembro

Segunda-feira – 9

| | | |
|------------------------|--|-------------------|
| Sopa | Nabo e hortaliças | Alergénios |
| Prato Principal | Medalhões de pescada em cebolada | Peixe |
| Salada | - | |
| Sobremesa | 3 variedades de fruta da época | |
| Lanche | <i>Leite e pão com doce de abóbora</i> | Leite e glúten |

Terça-feira – 10

| | | |
|------------------------|------------------------------------|-------------------|
| Sopa | Juliana | Alergénios |
| Prato Principal | Frango frito c/ arroz de legumes | Sulfitos |
| Salada | - | |
| Sobremesa | 3 variedades de fruta da época | |
| Lanche | <i>logurte e sandes de fiambre</i> | Leite e glúten |

Quarta-feira – 11

| | | |
|------------------------|--|-------------------|
| Sopa | Abóbora e feijão-branco | Alergénios |
| Prato Principal | Lulas estufadas c/ batata cozida e legumes | Moluscos |
| Salada | - | |
| Sobremesa | Salada de fruta | |
| Lanche | <i>Leite e sandes de queijo</i> | Leite e glúten |

Quinta-feira – 12

| | | |
|------------------------|--|-------------------|
| Sopa | Legumes com lentilhas | Alergénios |
| Prato Principal | Esparguete à bolonhesa | Glúten e sulfitos |
| Salada | Alface, tomate e pepino | Sulfitos |
| Sobremesa | 3 variedades de fruta da época | |
| Lanche | <i>logurte, pão com manteiga e fruta</i> | Leite e glúten |

Sexta-feira – 13

| | | |
|------------------------|-------------------------------------|-------------------|
| Sopa | Creme de cenoura | Alergénios |
| Prato Principal | Caldeirada simples de peixe | Peixe e sulfitos |
| Salada | Alface, cenoura ralada e couve-roxa | Sulfitos |
| Sobremesa | 3 variedades de fruta da época | |
| Lanche | <i>Leite e sandes de chouriço</i> | 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.

