



EMENTA | Fevereiro

Segunda-feira - 04

Sopa	Feijão-vermelho	Alergénios
Prato Principal	Douradinhos de peixe com arroz de tomate	Glúten e peixe
Salada	Alface, cebola e coentros	Sulfitos
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>Leite com chocolate e sandes de queijo</i>	Glúten, leite e soja

Terça-feira – 05

Sopa	Espinafres	Alergénios
Prato Principal	Frango no forno com esparguete	Glúten e sulfitos
Salada	Alface, cenoura e orégãos	Sulfitos
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>logurte e sandes de fiambre</i>	Glúten, leite e soja

Quarta-feira – 06

Sopa	Abóbora e cenoura	Alergénios
Prato Principal	Filetes de cavala no forno com batata e legumes cozidos	Peixe
Salada	-	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>Leite e sandes com chouriço</i>	Glúten, leite, soja e sulfitos

Quinta-feira – 07

Sopa	<i>Courgette</i> e brócolos	Alergénios
Prato Principal	Peru estufado com cogumelos e legumes cozidos	Glúten e sulfitos
Salada	-	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>Leite e sandes de fiambre</i>	Glúten, leite e soja

Sexta-feira – 08

Sopa	Lentilhas e legumes	Alergénios
Prato Principal	Bacalhau com natas	Peixe e leite
Salada	Tomate, pepino e cebola	Sulfitos
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>logurte e sandes de queijo</i>	Glúten e leite

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.

