



## EMENTA | Setembro e Outubro

### Segunda-feira – 30

<b>Sopa</b>	Abóbora e brócolos	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Frango estufado com arroz de macedónia	Sulfitos
<b>Salada</b>	-	
<b>Sobremesa</b>	3 variedades de fruta da época	
<b>Lanche</b>	<i>Leite, pão com manteiga e fruta</i>	Leite e glúten

### Terça-feira – 01

<b>Sopa</b>	Agrião	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Caldeirada de peixe	Peixe e sulfitos
<b>Salada</b>	Tomate, cebola e orégãos	
<b>Sobremesa</b>	3 variedades de fruta da época	
<b>Lanche</b>	<i>logurte e sandes de queijo</i>	Leite e glúten

### Quarta-feira – 02

<b>Sopa</b>	Legumes e feijão-manteiga	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Pá de porco estufada com esparguete	Glúten
<b>Salada</b>	Alface, cenoura ralada e couve-roxa	Sulfitos
<b>Sobremesa</b>	Salada de fruta	
<b>Lanche</b>	<i>Leite e sandes de fiambre</i>	Leite e glúten

### Quinta-feira – 03

<b>Sopa</b>	Canja com massa cuscuz	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Pescada cozida com batata e legumes	Glúten
<b>Salada</b>	-	Peixe
<b>Sobremesa</b>	3 variedades de fruta da época	
<b>Lanche</b>	<i>logurte, pão com manteiga e fruta</i>	Leite e glúten

### Sexta-feira – 04

<b>Sopa</b>	<i>Courgette</i>	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Bife de peru com arroz branco	
<b>Salada</b>	Alface, cenoura e cebola	Sulfitos
<b>Sobremesa</b>	3 variedades de fruta da época	
<b>Lanche</b>	<i>Leite e sandes de queijo</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.*

