



## EMENTA | Maio

### Segunda-feira – 06

Sopa	Couve-flor
Prato Principal	Salada do mar (pescada desfiada, ovo, macedónia e batata cozida) <sup>3,4</sup>
Hortícolas	---
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte e pão com queijo <sup>1,7</sup>

### Terça-feira – 07

Sopa	Legumes com lentilhas
Prato Principal	Arroz malandrinho de frango com legumes (cenoura, feijão-verde e pimento vermelho)
Hortícolas	Alface e cebola <sup>12</sup>
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	Leite, pão com manteiga e fruta <sup>1,7</sup>

### Quarta-feira – 08

Sopa	Grelos
Prato Principal	Corvina de cebolada com batata no forno <sup>4</sup>
Hortícolas	Cenoura, feijão-verde e brócolos <sup>12</sup>
Sobremesa	Gelatina <sup>1,3,6,8,12</sup>
Lanche	logurte e pão com fiambre <sup>1,6,7</sup>

### Quinta-feira – 09

Sopa	Creme de courgette
Prato Principal	Febras de porco com esparguete <sup>1</sup>
Hortícolas	Alface, pepino e tomate <sup>12</sup>
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	Leite e pão com queijo <sup>1,7</sup>

### Sexta-feira – 10

Sopa	Feijão-verde
Prato Principal	Filetes de pescada panados com arroz de macedónia <sup>1,3,4,7</sup>
Hortícolas	Cenoura, pepino e couve-roxa <sup>12</sup>
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte, pão com manteiga e fruta <sup>1,7</sup>

*Nota:* Esta ementa é elaborada de acordo com os critérios definidas pela DGE. A ementa poderá sofrer alterações, sempre que se justifique. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos.

