



EMENTA | Outubro

Segunda-feira – 4

Sopa	Couve-portuguesa com feijão-vermelho	
Prato Principal	Macarronada de atum com legumes macedónia	Glúten e Peixe
Salada	---	
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	logurte, pão com manteiga e fruta	Leite, Glúten

Terça-feira – 5

Sopa	<h1>Feriado</h1>	
Prato Principal		
Salada		
Sobremesa		
Lanche		

Quarta-feira – 6

Sopa	Courgette e coentros	
Prato Principal	Rojões de porco com arroz de cenoura	
Salada	Alface, beterraba e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	Leite e pão com queijo	Leite, Glúten

Quinta-feira – 7

Sopa	Canja	
Prato Principal	Abrótea cozida com batatas	Peixe
Salada	Rúcula, couve-roxa e cenoura	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	logurte e pão com fiambre	Leite, Glúten

Sexta-feira – 8

Sopa	Agrião	
Prato Principal	Frango guisado com massa e ervilhas	Glúten
Salada	Tomate, pepino e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	Leite, pão com manteiga e fruta	Leite, 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.



