



EMENTA | Outubro

Segunda-feira – 14

Sopa	Abóbora e cenoura	Alergénios
Prato Principal	Rancho	Glúten e sulfitos
Salada	-	
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte, pão com manteiga e fruta</i>	Leite e glúten

Terça-feira – 15

Sopa	Alho-francês	Alergénios
Prato Principal	Pastéis de bacalhau com arroz de coentros	Peixe, ovo e sulfitos
Salada	Tomate, cenoura e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>Leite e sandes de fiambre</i>	Leite e glúten

Quarta-feira – 16

Sopa	Grão com nabiças	Alergénios
Prato Principal	Esparguete à bolonhesa	Glúten e sulfitos
Salada	Alface e rúcula	Sulfitos
Sobremesa	Salada de fruta	
Lanche	<i>logurte e sandes de chouriço</i>	Leite, glúten, soja e sulfitos

Quinta-feira – 17

Sopa	Legumes	Alergénios
Prato Principal	Solha cozida com batatas, brócolos e ovo	Peixe e ovo
Salada	Couve-roxa, tomate e milho	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte e sandes de queijo</i>	Leite e glúten

Sexta-feira – 18

Sopa	<i>Courgette</i> e espinafres	Alergénios
Prato Principal	Lombo de porco no forno com arroz de cenoura	Sulfitos
Salada	Alface, cenoura e orégãos	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>Leite, pão com manteiga e fruta</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.

