



EMENTA | Novembro

Segunda-feira – 18

		Alergénios
Sopa	Creme de cenoura com agriões	
Prato Principal	Arroz à valenciana	Sulfitos
Salada	Alface, cebola e coentros	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>Sumo de pera e sandes de fiambre</i>	Glúten

Terça-feira – 19

		Alergénios
Sopa	Couve-portuguesa com feijão-vermelho	
Prato Principal	Maruca de cebolada com batata no forno	Peixe
Salada	Alface e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte e sandes de queijo</i>	Leite e glúten

Quarta-feira – 20

		Alergénios
Sopa	Sopa de farrapos de nabo	
Prato Principal	Salada de frango (frango, massa espiral, cogumelos, milho, cenoura e alface)	Glúten
Salada	-	
Sobremesa	Pudim flã	Leite e ovos
Lanche	<i>Leite, pão com manteiga e fruta</i>	Leite e glúten

Quinta-feira – 21

		Alergénios
Sopa	Abóbora e brócolos	
Prato Principal	Massada de peixe	Peixe
Salada	-	
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte e pão com doce de abóbora</i>	Leite e glúten

Sexta-feira – 22

		Alergénios
Sopa	Couve-flor	
Prato Principal	Lentilhas com ovos e arroz branco	Ovo
Salada	Alface, cenoura ralada e milho	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte, 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.

