



EMENTA | Setembro

Segunda-feira – 9

		Alergénios
Sopa	Abóbora e feijão-branco	
Prato Principal	Filetes de pescada no forno com arroz de macedónia	Peixe
Salada	-	
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte e sandes de fiambre</i>	Glúten e leite

Terça-feira – 10

		Alergénios
Sopa	<i>Courgette</i> e agrião	
Prato Principal	Frango no forno com limão e esparguete	Glúten
Salada	Alface, tomate e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>Leite, pão com manteiga e fruta</i>	Glúten e leite

Quarta-feira – 11

		Alergénios
Sopa	Canja com massa cuscuz	
Prato Principal	Maruca cozida com batata e legumes	Peixe
Salada	-	
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte e sandes de queijo</i>	Glúten e leite

Quinta-feira – 12

		Alergénios
Sopa	Lentilhas com espinafres	
Prato Principal	<i>Stroganoff</i> de peru com arroz e batata frita	Sulfitos
Salada	Cenoura, milho e cebola	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>Leite e sandes de chouriço</i>	Glúten, leite, soja e sulfitos

Sexta-feira – 13

		Alergénios
Sopa	Cenoura e feijão-verde	
Prato Principal	Massada de peixe	Glúten e peixe
Salada	Alface, pepino e orégãos	Sulfitos
Sobremesa	3 variedades de fruta da época	
Lanche	<i>logurte, pão com manteiga e fruta</i>	Glúten, leite e soja

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.

