

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 06/01 a 10/01/2025

<p>Segunda-feira</p> <p>Sopa: Abóbora</p> <p>Prato: Bifinhos de frango grelhadas com arroz seco e salada de tomate e pimento</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Terça-feira</p> <p>Sopa: Courgette</p> <p>Prato: Pescada cozida com batata cozida e grão-de-bico</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>
<p>Quarta-feira</p> <p>Sopa: Espinafres</p> <p>Prato: Massa à bolonhesa com salada de cenoura.</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Quinta-feira</p> <p>Sopa: Creme de legumes</p> <p>Prato: Salada de feijão-frade (Atum e ovo) com arroz seco</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>
<p>Sexta-feira</p> <p>Sopa: Feijão Branco</p> <p>Prato: Perú assado no forno com batata assada e salada de alface</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Elaborado por: Amélia Ferreira</p> <p>Aos 02/01/2025</p>

Nota: A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins,6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos.
Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável
Amélia Ferreira

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 13/01 a 17/01/2025

<p>Segunda-feira</p> <p>Sopa: Creme de Cenoura</p> <p>Prato: Bife de peru grelhados com arroz seco e salada de tomate</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Terça-feira</p> <p>Sopa: Alho francês</p> <p>Prato: Salada Russa (batata, cenoura, ervilha, atum e ovo)</p> <p>Sobremesa: Iogurte</p>
<p>Quarta-feira</p> <p>Sopa: Couve-Flor</p> <p>Prato: Frango estufado com massa espiral e salada de alface</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Quinta-feira</p> <p>Sopa: Brócolos</p> <p>Prato: Salmão grelhado com arroz seco e legumes cozidos (couve-flor)</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>
<p>Sexta-feira</p> <p>Sopa: Penca</p> <p>Prato: Jardineira</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Elaborado por: Amélia Ferreira</p> <p>Aos 02/01/2025</p>

Nota: A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins,6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rijá, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos.
Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável
Amélia Ferreira

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 20/01 a 24/01/2025

<p><u>Segunda-feira</u></p> <p>Sopa: Creme de legumes</p> <p>Prato: Frango assado no forno com massa espiral e legumes (macedónia)</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p><u>Terça-feira</u></p> <p>Sopa: Feijão Vermelho</p> <p>Prato: Abrótea cozida com batata cozida e couve lombarda.</p> <p>Sobremesa: Iogurte</p>
<p><u>Quarta-feira</u></p> <p>Sopa: Brócolos</p> <p>Prato: Carne de vaca estufada com massa de cotovelos e ervilhas</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p><u>Quinta-feira</u></p> <p>Sopa: Abóbora</p> <p>Prato: Filetes de pescada fritos com arroz de feijão</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>
<p><u>Sexta-feira</u></p> <p>Sopa: Alho Francês</p> <p>Prato: Entrecosto estufado com arroz seco e salada de tomate e pimento</p> <p>Prato: Sobremesa: Fruta da época</p>	<p><u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira</p> <p>Aos 02/01/2025</p>

Nota: A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins,6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos.
Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável

Amélia Ferreira

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 27/01 a 31/01/2025

<p><u>Segunda-feira</u></p> <p>Sopa: Feijão Branco</p> <p>Prato: Bifanas com arroz seco e salada de alface</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p><u>Terça-feira</u></p> <p>Sopa: Courgette</p> <p>Prato: Pescada cozida com batata e grão-de-bico e ovo.</p> <p>Sobremesa: Iogurte</p>
<p><u>Quarta-feira</u></p> <p>Sopa: Brócolos</p> <p>Prato: Almondegas com massa de esparguete e ervilhas</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p><u>Quinta-feira</u></p> <p>Sopa: Abóbora</p> <p>Prato: Abrótea estufada com arroz de legumes</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>
<p><u>Sexta-feira</u></p> <p>Sopa: Espinafres</p> <p>Prato: Rojões com arroz seco e salada de tomate e pepino.</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p><u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira</p> <p>Aos 02/01/2025</p>

Nota: A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins,6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos.
Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável

Amélia Ferreira