

Ementa nº 4

2ª feira

Sopa	Cenoura e agrião
Prato principal	Arroz de peixe com cenoura e feijão-verde
Prato vegetariano	Carbonara de ervilhas
Salada/legumes	Salada de alface
Pão	Pão de trigo
Sobremesa	Kiwi Gelatina

Alergénios: peixes (prato principal); glúten (prato vegetariano); glúten (pão). Pode conter ovos (prato vegetariano).

3ª feira

Sopa	Legumes
Prato principal	Strogonoff de porco à regional
Prato vegetariano	Massa penne
Salada/legumes	Empadão de arroz com lentilhas
Pão	Salada de alface e cenoura
Sobremesa	Pão de trigo Pêra Nectarina

Alergénios: sulfitos, glúten (prato principal); glúten (pão). Pode conter ovos (prato principal).

4ª feira

Sopa	Feijão branco
Prato principal	Lasanha de carne
Prato vegetariano	Alho-francês à Brás
Salada/legumes	Salada de alface, tomate e pepino
Pão	Pão de trigo
Sobremesa	Laranja Maçã vermelha

Alergénios: sulfitos (sopa); leite, glúten, ovos (prato principal); glúten (pão). Pode conter tremço e soja (sopa).

5ª feira

Sopa	Alface
Prato principal	Frango estufado com ervilha e cenoura
Prato vegetariano	Arroz branco
Pão	Beringela assada com pimentos
Sobremesa	Pão de trigo Banana Ameixa

Alergénios: sulfitos (prato principal); glúten (pão).

6ª feira

Sopa	Juliana
Prato principal	Filete de peixe assado
Prato vegetariano	Batata assada
Salada/legumes	Feijoada de grão-de-bico e cenoura
Pão	Macedónia de legumes
Sobremesa	Pão de trigo Maçã amarela Tangerina

Alergénios: peixes (prato principal); sulfitos (prato vegetariano); glúten (pão). Pode conter tremço e soja (prato vegetariano).