

Semana de: 20/05/2024 a 24/05/2024

SEGUNDA	20	Pão	mistura, fateado meio sal	
		Sopa	espinafres	
		Prato	carne guisada (vaca) com massa macarronete com salada de alface	
		Alergénios	soja, glúten. pode conter vestígios de sulfitos e ovo.	
		Sobremesa	fruta da época	
		Dieta	Restrição	peito de frango com massa macarronete
			Vegetariano	massada de cogumelos e vegetais (courgete, cenoura e abóbora)
TERÇA	21	Pão	mistura, fateado meio sal	
		Sopa	caldo verde	
		Prato	bacalhau/migas paloco gratinado com salada de alface e tomate	
		Alergénios	peixe, glúten, leite, soja. pode conter vestígios de sementes de sésamo	
		Sobremesa	fruta da época	
		Dieta	Restrição	pescada cozida com batata e legumes (couve-flor e cenoura)
			Vegetariano	salada de ovo cozido, feijão-verde, ervilhas e milho com arroz de cenoura e salada de alface
QUARTA	22	Pão	mistura, fateado meio sal	
		Sopa	creme ervilhas	
		Prato	nugget de frango com arroz de feijão e salada de tomate e cebola	
		Sobremesa	salada de frutas	
		Dieta	Restrição	peito de frango com arroz branco
			Vegetariano	pataniscas de legumes com arroz feijão e salada de tomate e cebola (alergénios: sulfitos, leite e ovo. pode conter sementes de sésamo e tremçoço.)
		QUINTA	23	Pão
Sopa	beringela			
Prato	pescada no forno com batata, brócolos e couve-flor			
Alergénios	contém sulfitos, peixe. pode conter vestígios de glúten, leite e ovo.			
Sobremesa	fruta da época			
Dieta	Restrição			pescada cozida com batata e legumes (cenoura e couve lombardo)
	Vegetariano			ovos escalfados com batata, brócolos e couve-flor
SEXTA	24	Pão	mistura, fateado meio sal	
		Sopa	agrião	
		Prato	strogonoff (carne peru) com cogumelos e esparguete e salada de alface	
		Alergénios	soja, glúten, leite. pode conter vestígios de ovo.	
		Sobremesa	fruta da época	
		Dieta	Restrição	peito de peru com esparguete
			Vegetariano	strogonoff (tofu e cogumelos) com esparguete e salada de alface

Esta EMENTA pode sofrer alterações por motivos alheios à vontade da Instituição, nomeadamente indisponibilidade momentânea de matéria prima.

A Direção: _____