

EMENTA

11 a 15 Novembro 2019

2ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Creme de ervilhas Massnhas à Camponesa ^{1,3} (repolho e cenoura) Fruta da época
3ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	COMEMORAÇÃO DO S. MARTINHO Sopa de espinafres e abóbora Lombo de porco assado no forno com castanhas e batatinhas Salada de feijão-verde com azeite e alho Fruta da época
4ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Creme de alho-francês e cenoura Atum com salada de batata, cenoura, ervilha, feijão-verde e ovo ^{3,4} Juliana de alface Fruta da época
5ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Sopa de hortalíça Arroz de pato Brócolos cozidos Gelatina ^{1,3,6,7,8,12}
6ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Creme de feijão e couve-flor Peixe fresco grelhado com arroz de tomate e feijão malandrinho ⁴ Cenoura raspada e couve roxa Fruta da época

NOTA: A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1- Glúten; 2- Crustáceos/Marisco; 3- Ovos; 4- Peixe e produtos à base de peixe; 5- Amendoins; 6- Soja; 7- Leite/Lactose; 8- Frutos de Casca Rija; 9- Aipo; 10- Mostarda; 11- Sementes de sésamo; 12- Dióxido de Enxofre e Sulfitos; 13- Tremoços; 14- Moluscos

EMENTA ELABORADA POR: Dra Sandra Peixoto

NUTRICIONISTA C. P. 0934N ORDEM DOS NUTRICIONISTAS