

EMENTA

25 a 29 Novembro

2019

2ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Creme de abóbora e couve-coração Cubinhos de carne estufados com ervilhas e arroz de seco Salada de alface e cenoura Fruta da época
3ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Sopa de couve-flor Filetes de pescada dourados com arroz de feijão ^{1,3,4} Cubinhos de tomate com oregãos Gelatina ^{1,3,6,7,8,12}
4ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Creme de espinafres e curgete Massa de meada com frango e cenoura ^{1,3} (cenoura) Fruta da época
5ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Sopa de feijão-verde Medalhões de pescada com arroz de cenoura ⁴ Brócolos Fruta da época
6ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Sopa de cenoura e nabo Peru no forno com batatinhas assadas Salada de feijão-verde 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