

# EMENTA



## Semana de 13 a 17 de janeiro

Almoço	
<b>Segunda-feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de espinafres (Batata, espinafres, cebola, cenoura) <b>Prato:</b> Hambúrgueres de vitela com esparguete e salada de tomate e tomate <sup>(1) (3) (6) (10) (12)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>Terça-feira</b>	<b>Sopa:</b> Creme de ervilhas (Batata, cenoura, ervilhas, courgette) <b>Prato:</b> Calamares com arroz de cenoura e salada de alface, cebola e tomate <sup>(3) (4) (7)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>Quarta-feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de couve-lombarda com feijão manteiga (Batata, feijão manteiga, nabo, cenoura) <b>Prato:</b> Empadas de legumes com massa espiral e salada de alface, tomate e milho <sup>(1)(3)(7)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>Quinta-feira</b>	<b>Sopa:</b> Creme de abóbora com massinha (Batata, abóbora, courgette, alho) <sup>(1)</sup> <b>Prato:</b> Jardineira de vitela e salada de tomate, alface e beterraba <sup>(1)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época / Gelatina
<b>Sexta-feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de agriões (batata, cenoura, cebola, agrião) <b>Prato:</b> Peixe cozido com batata, ovo, brócolos e cenoura <sup>(1) (4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época

**Observações:** esta ementa está sujeita a alterações.

**A água deve ser a única bebida presente nas refeições.**

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