

EMENTA DA SEMANA

14 a 18 de setembro

2.ª Feira Dia 14	Sopa Prato Acompanhamento Sobremesa	Crepe de alho-francês Esparguete ¹ à Bolonhesa Salada de couve-roxa, tomate e pimento amarelo Fruta da época
3.ª Feira Dia 15	Sopa Prato Acompanhamento Sobremesa	Crepe de cenoura Filete de pescada ^{1,3,4} no forno com arroz branco Salada de maçã verde, alface roxa e cenoura ralada Fruta da época
4.ª Feira Dia 16	Sopa Prato Acompanhamento Sobremesa	Crepe de feijão-verde Bifes de peru grelhados com arroz e feijão-preto Salada de couve-branca, beterraba e cenoura ralada Fruta da época
5.ª Feira Dia 17	Sopa Prato Acompanhamento Sobremesa	Crepe de couve-branca Massa recheada com atum ^{1,4,7} Couve de Bruxelas salteadas / Salada de alface roxa e pepino Fruta da época
6.ª Feira Dia 18	Sopa Prato Acompanhamento Sobremesa	Crepe de espinafres Frango assado com arroz Legumes salteados (pimento vermelho, cogumelos e espinafres) Fruta da época

ALERGÉNIOS | 1) Glúten 2) Crustáceos 3) Ovos 4) Peixes 5) Amendoins 6) Soja 7) Leite 8) Frutos de casca rija 9) Aipo 10) Mostarda 11) Sementes de sésamo 12) Dióxido de enxofre/Sulfitos 13) Tremoço 14) Moluscos.

NOTAS | 1. A Ementa pode, pontualmente, sofrer alterações. 2. Todos os dias, há um prato alternativo (em caso de doença ou alergia alimentar), desde que avisem na cozinha com a devida antecedência.