

SEMANA 02 a 06 DE OUTUBRO DE 2023

2ª Feira	
Sopa	Lentilhas com nabiças ^{1,6,8,11}
Prato	Hambúrguer no forno com molho de tomate e esparguete ^{1,3,6}
Comp. Hortícola	Alface, couve roxa e cenoura
Sobremesa	Fruta da época
3ª Feira	
Sopa	Creme de legumes
Prato	Massada de perca com cenoura e feijão verde ^{1,3,4}
Comp. Hortícola	Nabo, cenoura e tomate
Sobremesa	Fruta da época / arroz doce ^{1,3,7,8,12}
4ª Feira	
Sopa	Sopa da horta
Prato	Carne porco assada fatiada com batata corada
Comp. Hortícola	Cenoura, milho e couve roxa ⁶
Sobremesa	Fruta da época
5ª Feira	
FERIADO	
6ª Feira	
Sopa	Juliana
Prato	Coxas de frango assadas com arroz de ervilhas e milho
Comp. Hortícola	Ratatouille (nabo, cenoura, milho, talo de brócolos, macedónia salteados)
Sobremesa	Fruta da época

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: 1 – cereais que contém 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 e sulfitos; 13 – tremço; 14 – molusco. Se é alérgico a algum alimento por favor contacte um colaborador, ou a Unidade de Educação e Ação Social do Município. A ementa poderá sofrer alterações por motivos imprevistos.



Dia 05 de Outubro

Dia a Implantação da
República Portuguesa

Dia 06 de Outubro

Dia Mundial
do Sorriso

