

SEMANA 17 a 21 de JUNHO DE 2024

2ª Feira	
Sopa	Creme de abóbora com couve-flor
Prato	Calamares no forno com arroz de cenoura e milho ^{1,3,6,7,14}
Comp. Hortícola	Juliana de repolho, tomate e cenoura
Sobremesa	Fruta da época
3ª Feira	
Sopa	Sopa de feijão verde
Prato	Ensopado de frango com esparguete ^{1,3,7,14}
Comp. Hortícola	Nabo, pepino e cenoura
Sobremesa	Fruta da época
4ª Feira	
Sopa	Sopa de agrião
Prato	Bacalhau cozido com ovo, batata e grão de bico ^{3,4}
Comp. Hortícola	Alface, beterraba e pepino
Sobremesa	Fruta da época
5ª Feira	
Sopa	Sopa saloia
Prato	Carne de porco à portuguesa com massa espiral ^{1,3}
Comp. Hortícola	Cenoura, nabo e tomate
Sobremesa	Fruta da época
6ª Feira	
Sopa	Sopa grão com nabiça
Prato	Empadão de atum com arroz, feijão verde e cenoura ⁴
Comp. Hortícola	Alface, beterraba e milho
Sobremesa	Fruta da época

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 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 – tremçoço; 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.



20 DE JUNHO

