

SEMANA 29 DE MAIO A 02 DE JUNHO DE 2023

2ª feira - 29/05/2023	
Sopa	Curgete
Prato	Esparguete à bolonhesa
Comp. Hortícola	Tomate / Cebola / Beterraba
Sobremesa	Fruta da Época
3ª feira - 30/05/2023	
Sopa	Creme de cenoura
Prato	Medalhões de pescada em crosta de broa com puré misto (batata e espinafre)
Comp. Hortícola	Brócolos / Cenoura / Couve-flor cozida
Sobremesa	Fruta da Época
4ª feira - 31/05/2023	
Sopa	Grão com espinafres
Prato	Arroz de carnes (frango e porco) com ervilhas e cenoura
Comp. Hortícola	Alface / Couve roxa / Milho
Sobremesa	Fruta da época
5ª feira - 01/06/2023	
Sopa	Legumes
Prato	Maruca cozida com ovo e batata cozida
Comp. Hortícola	Couve bruxelas / Cenoura cozida
Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
6ª feira - 02/06/2023	
Sopa	Abóbora com couve-flor
Prato	Perninha de frango assado com arroz de cenoura
Comp. Hortícola	Tomate/ Pepino / Cenoura ralada
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 Mundial da Criança – 1 de Junho