

**SEMANA 29 DE MAIO A 02 DE JUNHO DE 2023**

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