EMENTA ALMOÇO (17-05-2021 a 21-05-2021)

17 de MAIO | SEGUNDA-FEIRA	
Sopa	Creme de cenoura[1,3,5,6,7,8,12]
Prato geral	Empadão de carne e couve branca com feijão-verde salteado[1,3,5,6,7,8,12]
Prato vegetariano	Empadão vegetariano (puré de batata com estufado de lentilhas, feijão-verde, cogumelos e pimento vermelho)[1,3,5,6,7,8,10,11,12]
Sobremesa	Fruta da época

18 de MAIO | TERÇA-FEIRA	
Sopa	Creme de couve-flor e curgete[1,3,5,6,7,8,12]
Prato geral	Migas de bacalhau gratinado com molho branco (bacalhau, batata aos cubos, alho-francês e molho branco) com salada de alface e cebola[1,4,5,6,7,9,10,11]
Prato vegetariano	Tofu gratinado com "natas" (tofu, batata aos cubos, alho-francês e "natas" vegetais) com salada de alface e cebola[1,5,6]
Sobremesa	Fruta da época ou iogurte[7]

19 de MAIO | QUARTA-FEIRA	
Sopa	Creme de feijão branco e espinafres[1,3,5,6,7,8,12]
Prato geral	Tirinhas de peru salteadas com brócolos, azeitonas e esparguete[1,3]
Prato vegetariano	Esparguete salteada com brócolos, ervilhas, cenoura e azeitonas[1,3]
Sobremesa	Fruta da época

20 de MAIO | QUINTA-FEIRA	
Sopa	Creme de grão e abóbora[1,3,5,6,7,8,12]
Prato geral	Barrinhas de pescada com arroz de feijão e salada de alface e cenoura[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,13,14]
Prato vegetariano	Arroz de feijão, nabiças e curgete com salada de alface e cenoura
Sobremesa	Fruta da época

21 de MAIO | SEXTA-FEIRA	
Sopa	Creme de nabo e alho-francês[1,3,5,6,7,8,12]
Prato geral	Pá de porco assada com arroz de açafrão e hortaliça salteada
Prato vegetariano	Estufado de grão, brócolos, couve-flor e cenoura com arroz de açafrão
Sobremesa	Fruta da época

Diariamente é disponibilizado pão de mistura e água a todas as crianças.

Alergénios: [1]Cereais que contêm 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]Tremoço, [14]Moluscos.