



EMENTA ESCOLAR

15 a 16 de fevereiro de 2024



Ano Letivo 2023/2024

SEGUNDA-FEIRA 12	Pausa letiva		Pão de mistura ¹	Água
TERÇA-FEIRA 13	Pausa letiva			
QUARTA-FEIRA 14	Pausa letiva			
QUINTA-FEIRA 15	Sopa	Creme de chuchu e favas		
	Prato	Atum à bolonhesa com espinafres ^{1, 3, 4, 6, 12}		
	Legumes/Salada	Salada de pepino e couve-roxa ¹²		
	Sobremesa	Fruta (3 variedades)		
SEXTA-FEIRA 16	Sopa	Sopa de lombarda		
	Prato	Jardineira de aves (frango, peru, ervilhas, cenoura e feijão-verde) ¹²		
	Legumes/Salada	Salada de tomate e cebola ¹²		
	Sobremesa	Fruta (3 variedades)		

ALERGÊNIOS: A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1- Cereais que contêm glúten, 2- Crustáceos/Marisco, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite/Lactose, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoço, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

NOTA: Esta ementa está sujeita a alterações, sempre que tal se justifique.



Bom Carnaval!

Ementa elaborada por Vera Pires (Nutricionista CP. 5178N)