



EMENTA ESCOLAR

22 a 26 de abril de 2024



Ano Letivo 2023/2024

SEGUNDA-FEIRA 22	Sopa	Sopa de espinafres	Pão de mistura ¹	Água		
	Prato	Bifinhos de vaca estufados com cogumelos e ervilhas e massa cotovelo ^{1, 3, 6, 12}				
	Legumes/Salada	Salada de alface e tomate ¹²				
	Sobremesa	Fruta (3 variedades)				
TERÇA-FEIRA 23	Sopa	Creme de couve-flor				
	Prato	Filete de perca no forno com batata assada ^{2, 4, 12, 14}				
	Legumes/Salada	Cenoura, brócolos e feijão verde cozidos ¹²				
	Sobremesa	Fruta (3 variedades)				
QUARTA-FEIRA 24	Sopa	Sopa de feijão manteiga				
	Prato	Arroz de pato ¹²				
	Legumes/Salada	Salada de coração, couve-roxa e pepino ¹²				
	Sobremesa	Fruta (3 variedades)				
QUINTA-FEIRA 25	Feriado					
SEXTA-FEIRA 26	Sopa	Creme de cenoura e favas				
	Prato	Salada de massa espiral com ovo, atum, milho e cenoura ^{1, 3, 4, 6, 12}				
	Legumes/Salada	Salada de alface e beterraba ¹²				
	Sobremesa	Fruta (3 variedades)				

ALERGÉNIOS: 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.



A 22 de abril celebra-se o Dia Internacional da Terra:
Repensa, Reduz, Recicla e Reutiliza!