



EMENTA SEMANAL

6 a 10 de Maio

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Sopa de brócolos	Creme de cenoura e lentilhas	Sopa de couve-galega	Creme de abóbora e ervilhas	Sopa de feijão-verde
Prato	Macarronete com tiras de frango, ervilhas e cenoura	Abrótea e ovo cozidos e batata cozida	Espetadas de peru no forno e arroz de feijão-vermelho	Massada de maruca com camarão e orégãos	Lombo de porco assado e batata assada
Acompanhamento	Salada de alface e tomate	Repolho, couve-flor e feijão-verde cozidos	Salada de alface, pepino e cebola	Salada de tomate Couve-de-bruxelas e cenoura-baby cozidas	Salada de couve-rosa, pepino e cebola
Sobremesa	Fruta (3 variedades)	Fruta (3 variedades)	Fruta (3 variedades)	Fruta (3 variedades)	Fruta (3 variedades)
Alergénios	Trigo, Glúten, Ovo, Dióxido de enxofre e sulfitos	Peixe, Ovo, Dióxido de enxofre e sulfitos	Alpino, Dióxido de enxofre e sulfitos	Peixe, Crustáceos (Marisco), Trigo, Glúten, Ovo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Alpino, Mostarda	Dióxido de enxofre e sulfitos

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



“Sopa: comer de saudávelis!”

Dr. Emílio Peres

- ▼ Boa fonte de vitaminas, minerais e fibras, importantes na regulação do organismo
- ▼ Promove a saciedade, contribuindo para um melhor controlo do peso
- ▼ Fácil preparação e conservação, podendo congelar-se em doses individuais