

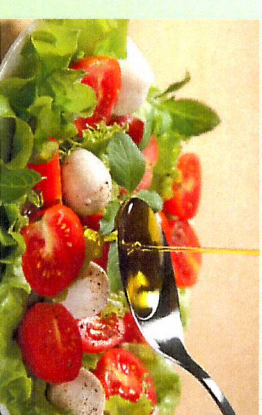


EMENTA SEMANAL

13 a 17 de Maio

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Sopa de nabos	Sopa de espinafres	Creme de cenoura e grão-de-bico	Sopa de alho-francês	Sopa de couve e feijão-branco
Prato	Empadão de arroz com atum e lentilhas	Jardineira de aves (ervilhas, cenoura, feijão-verde e couve-flor)	Perca no forno e arroz de repolho	Vitela estufada fatiada e massa tricolor	Pescada cozida e batata cozida
Acompanhamento	Salada de alface, beterraba e cebola	-----	Salada de alface e tomate	Salada de pepino e cebola Feijão-verde cozido	Brócolos, cenoura e repolho cozidos
Sobremesa	Fruta (3 variedades)	Fruta (3 variedades)	Fruta (3 variedades)	Fruta (3 variedades)	Fruta (3 variedades)/ Gelatina
Alergênicos	Peixe, Dióxido de enxofre e sulfitos	Dióxido de enxofre e sulfitos	Peixe, Crustáceos (Marisco), Moluscos, Dióxido de enxofre e sulfitos	Trigo, Glúten, Ovo, Dióxido de enxofre e sulfitos	Peixe, Dióxido de enxofre e sulfitos

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



Azeite

- ▼ Tem vários benefícios para a saúde, especialmente na diminuição do risco cardiovascular
- ▼ É a melhor gordura para temperar e cozinhar (resistente a temperaturas elevadas)
- ▼ Apesar dos vários benefícios, é uma gordura e, como tal, deve ser consumido com moderação