

EMENTA

4 A 8 DE JUNHO DE 2018

2 ^a . FEIRA	3. ^º FEIRA	4 ^a FEIRA	5. ^a FEIRA	6. ^a FEIRA
SOPA	SOPA	SOPA	SOPA	SOPA
ABÓBORA (Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, chuchu, abóbora e repolho)	COUVE- FLOR (Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, curgete, cenoura e couve-flor)	ESPINAFRES e GRÃO-DE-BICO (Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, cenoura, espinafres e grão-de-bico)	ALHO FRANCÊS (Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, curgete, abóbora e alho francês)	AGRIÃO E FEIJÃO BRANCO (Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, chuchu, agrião e feijão branco)
PRATO	PRATO	PRATO	PRATO	PRATO
FILETES DE PESCADA PANADOS COM ARROZ DE CENOURA (Azeite, sal, filetes de pescada panados, cebola, cenoura, arroz, água e óleo)	LASANHA (Placas de lasanha, carne de vitela e porco, sal, azeite, polpa de tomate, cebola, alho, molho bechamel e mozzarella)	SALADA RUSSA (Atum, batata, cenoura, feijão-verde, ovo, água, azeite e sal)	ESPARGUETE DE FRANGO COM ERVILHAS (Azeite, cebola, frango, ervilhas, esparguete, sal, alho, polpa de tomate, pimentão doce e água)	POSTAS DE SALMÃO NO FORNO COM ARROZ BRANCO (Postas de salmão, azeite, cebola, alho, água, sal, arroz, vinagre e pimentão doce)
SALADA	SALADA	SALADA	SALADA	SALADA
Alface, cenoura, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, cenoura, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, cenoura, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, tomate, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, cenoura, cebola, sal, azeite e vinagre
SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA
Laranja/Maçã/Pêra	Kiwi/Laranja/Maçã	Banana/Maçã/Pêra	Gelatina/Laranja	Maçã/Pêra/Tangerina

A Cozinheira,

Dide Oliveira

O Pelouro da Educação,

FrancaSilva

Ementa revista pela Dra. Daniela Santos (Nutricionista), estando de acordo com a Circular nº 3/DSEEAIS/DGE/2013 e pela Lei nº 11/2017, e pela Eng.^a Nádia Martins, responsável pela implementação do Sistema HACCP, Alergénios e Informação Nutricional, de acordo com o Reg. (CE) 852/2004 de 29 de Abril, Reg. (CE) 1169/2011 de 25 de Outubro e Decreto-lei nº 26/2016.

Nota: Ementa sujeita a alteração imprevista

EMENTA

11 A 15 DE JUNHO DE 2018

2 ^a . FEIRA	3 ^º FEIRA	4 ^a FEIRA	5. ^a FEIRA	6 ^a . FEIRA
SOPA	SOPA	SOPA	SOPA	SOPA
FEIJÃO-VERDE (Água, sal, azeite, batata, alho, curgete, abóbora, cebola e feijão-verde)	CENOURA (Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, chuchu e cenoura)	REPOLHO COM FEIJÃO BRANCO (Água, sal, azeite, batata, cenoura, cebola, alho, repolho e feijão branco)	JULIANA (Água, sal, azeite, batata, abóbora, alho francês, repolho e nabo)	COUVE CORAÇÃO (Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, cenoura e couve coração)
PRATO	PRATO	PRATO	PRATO	PRATO
PEITO DE PERÚ ESTUFADO COM BATATA COZIDA (Azeite, sal, alho, cebola, polpa de tomate, peito de perú, batata e água)	MARUCA ASSADA COM ARROZ DE CENOURA (Maruca, arroz, cenoura, azeite, cebola, água, sal, vinagre, alho e pimentão doce)	ESPARGUETE À BOLONHESA (Azeite, sal, cebola, alho, polpa de tomate, carne de vitela e porco, esparguete e água)	BACALHAU À GOMES DE SÁ (Azeite, sal, bacalhau, ovo, batata, cebola, salsa e água)	LOMBO DE PORCO ASSADO COM MACARRONETE E FEIJÃO (Azeite, sal, alho, cebola, lombo de porco, água, macarronete, polpa de tomate, feijão seco, vinagre e pimentão doce)
SALADA	SALADA	SALADA	SALADA	SALADA
Alface, tomate, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, tomate, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, cenoura, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, cenoura, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, cenoura, cebola, sal, azeite e vinagre
SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA
Clementina/Maçã/Pêra	Laranja/Maçã/Pêra	Kwi/Laranja/Maçã	Dióspiro/Laranja/Pêra	Banana/Maçã/Pêra

A Cozinheira,

D. Delciane

O Pelouro da Educação,
França Silva

Ementa revista pela Dra. Daniela Santos (Nutricionista), estando de acordo com a Circular nº 3/DSEEAIS/DGE/2013 e pela Lei nº 11/2017, e pela Eng.^a Nádia Martins, responsável pela implementação do Sistema HACCP, Alergénios e Informação Nutricional, de acordo com o Reg. (CE) 852/2004 de 29 de Abril, Reg. (CE) 1169/2011 de 25 de Outubro e Decreto-lei nº 26/2016.

Nota: Ementa sujeita a alteração imprevista

EMENTA

18 A 22 DE JUNHO DE 2018

2 ^a . FEIRA	3. ^º FEIRA	4. ^ª FEIRA	5. ^ª FEIRA	6 ^a . FEIRA
SOPA	SOPA	SOPA	SOPA	SOPA
BRÓCOLOS (Água, sal, azeite, batata, cenoura, cebola, chuchu e brócolos)	NABIÇA (Água, sal, azeite, cebola, alho, cenoura, batata, cougette e nabiça)	CANJA (Água, sal, azeite, alho, frango desfiado e massa piveide)	ERVILHAS (Água, sal, azeite, batata, cenoura, cebola e ervilhas)	COUVE PORTUGUESA (Água, sal, azeite, cebola, alho, batata, cenoura e couve portuguesa)
PRATO	PRATO	PRATO	PRATO	PRATO
OVOS MEXIDOS COM COGUMELOS, SALSICHAS DE AVES E ARROZ SECO (Ovo, salsichas de aves, cogumeiros, azeite, sal, água, cebola, alho e arroz)	COELHO ESTUFADO COM ERVILHAS e ESPIRAIS TRICOLOR (Azeite, sal, cebola, alho, polpa de tomate, água, espirais tricolor, cenoura, ervilhas e coelho)	BACALHAU À BRÁS (Azeite, sal, cebola, salsa, bacalhau, batata palha, leite e ovo)	COSTELETAS DE PORCO GRELHADAS COM ARROZ DE TOMATE (Azeite, sal, alho, cebola, carne de vitela, arroz, água e polpa de tomate)	POSTAS DE PESCADA ESTUFADAS COM FUSILLI (Azeite, sal, alho, cebola, polpa de tomate, fusilli, água e postas de pescada)
SALADA	SALADA	SALADA	SALADA	SALADA
Alface, tomate, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, tomate, pimentos, sal, azeite e vinagre	Alface, cenoura, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, cenoura, cebola, sal, azeite e vinagre	Alface, tomate, cebola, sal, azeite e vinagre
SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA	SOBREMESA
Laranja/Maçã/Pêra	Banana/Laranja/Maçã	Mousse de chocolate/Maçã	Maçã/Pêra/Tangerina	Kiwi/Laranja/Pêra

A Cozinheira,

O Pelouro da Educação,



Ementa revista pela Dra. Daniela Santos (Nutricionista), estando de acordo com a Circular nº 3/DSEEFAS/DGE/2013 e pela Lei nº 11/2017, e pela Eng.^a Nádia Martins, responsável pela implementação do Sistema HACCP, Alergénios e Informação Nutricional, de acordo com o Reg. (CE) 852/2004 de 29 de Abril, Reg. (CE) 1169/2011 de 25 de Outubro e Decreto-lei nº 26/2016.

Nota: Ementa sujeita a alteração imprevista

