



EMENTA | Dezembro

Segunda-feira - 18

		Alergénios
Sopa	Grão com alho francês	
Prato Principal	Filetes de pescada panados com arroz de tomate	Glúten e peixe
Salada	Alface, cebola e orégãos	Sulfitos
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>Leite e sandes de queijo</i>	Glúten e leite

Terça-feira - 19

		Alergénios
Sopa	Legumes com feijão-manteiga	
Prato Principal	Arroz de pato	Sulfitos
Salada	Tomate, cenoura e rúcula	Sulfitos
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>logurte e sandes de fiambre</i>	Glúten, leite e soja

Quarta-feira – 20

		Alergénios
Sopa	Abóbora e brócolos	
Prato Principal	Maruca no forno com batata corada e macedónia de legumes	Peixe
Salada	-	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>Leite com chocolate e sandes de queijo</i>	Leite, soja e glúten

Quinta-feira – 21

		Alergénios
Sopa	Canja de frango	
Prato Principal	Pernas de frango no forno com esparguete	Glúten
Salada	Alface, cebola e rúcula	Sulfitos
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>logurte e sandes de fiambre</i>	Glúten, leite e soja

Sexta-feira – 22

		Alergénios
Sopa	Cenoura e couve-lombarda	
Prato Principal	Massada de corvina	Glúten e peixe
Salada	Alface, beterraba e milho	Sulfitos
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	<i>logurte e pão com manteiga</i>	Leite e glúten

Nota: Esta ementa é elaborada de acordo com os critérios de avaliação definidas pela ARS Algarve. A ementa poderá sofrer alterações, sempre que se justifique. Os pratos elaborados com massa podem conter vestígios de ovos.

