



## EMENTA | Março

### Segunda-feira - 19

<b>Sopa</b>	Feijão-vermelho	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Douradinhos de peixe com arroz de tomate	Glúten e peixe
<b>Salada</b>	Alface, cenoura ralada e milho	Sulfitos
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	
<b>Lanche</b>	<i>Leite com chocolate e sandes de queijo</i>	Glúten, leite e soja

### Terça-feira – 20

<b>Sopa</b>	Primavera	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Novilho estufado com legumes, cogumelos e massa.	Sulfitos
<b>Salada</b>	Tomate, cebola e orégãos	Sulfitos
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	
<b>Lanche</b>	<i>logurte e sandes de fiambre</i>	Glúten, leite e soja

### Quarta-feira – 21

<b>Sopa</b>	Caldo-verde	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Abrótea cozida com batata e macedónia	Peixe
<b>Salada</b>	-	
<b>Sobremesa</b>	Gelatina	
<b>Lanche</b>	<i>Leite e sandes de chouriço</i>	Glúten,leite,soja e sulfitos

### Quinta-feira – 22

<b>Sopa</b>	Espinafres	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Lombo de porco no forno/estufado com arroz de legumes	Sulfitos
<b>Salada</b>	Alface, beterraba e cenoura	Sulfitos
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	
<b>Lanche</b>	<i>Leite e sandes de fiambre</i>	Glúten, leite e soja

### Sexta-feira – 23

<b>Sopa</b>	Creme de abóbora	<b>Alergénios</b>
<b>Prato Principal</b>	Salada quente de bacalhau com grão, ovo, batata, cenoura e brócolos	Peixe e ovo
<b>Salada</b>	-	
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	
<b>Lanche</b>	<i>logurte e sandes de queijo</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.*

