



EMENTA DA SEMANA

19 a 23 de janeiro

2. ^a Feira Dia 19	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Feijoada à Transmontana (feijão preto, carne de vaca e couve) com arroz
	Acompanhamento	Salada de tomate, pimento amarelo e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
3. ^a Feira Dia 20	Sopa	Creme de espinafres
	Prato	Massa recheada ^{1,7} com atum ⁴
	Acompanhamento	Legumes salteados (feijão-verde, cenoura e alho-francês)
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
4. ^a Feira Dia 21	Sopa	Creme de alho-francês
	Prato	Bife de frango grelhado com arroz
	Acompanhamento	Salada de maçã verde, alface e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
5. ^a Feira Dia 22	Sopa	Creme de couve-branca
	Prato	Bacalhau ⁴ com natas ⁷
	Acompanhamento	Salada de pepino, alface roxa e milho
	Sobremesa	Fruta da época
6. ^a Feira Dia 23	Sopa	Creme de abóbora
	Prato	Almôndegas ^{1,3} de vaca com esparguete
	Acompanhamento	Brócolos e Abóbora no forno
	Sobremesa	Fruta da época

ALERGÉNIOS | 1) Glúten 2) Crustáceos 3) Ovos 4) Peixes 5) Amendoin 6) Soja 7) Leite 8) Frutos de casca rija 9) Aipo 10)

Mostarda 11) Sementes de sésamo 12) Dióxido de enxofre/Sulfitos 13) Tremoço 14) Moluscos.

NOTAS | 1. A Ementa pode, pontualmente, sofrer alterações. 2. Todos os dias, há um prato alternativo (em caso de doença ou alergia alimentar), desde que avisem na cozinha com a devida antecedência.