



EMENTA DA SEMANA

26 a 30 de janeiro

2.ª Feira Dia 15	Sopa	Creme de alho-francês
	Prato	Hambúrguer ^{1,3} de vaca com esparguete ¹
	Acompanhamento	Salada de tomate, cenoura e pepino
	Sobremesa	Fruta da época
3.ª Feira Dia 16	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Arroz à Valenciana (frango, camarão ² , lulas ¹⁴ , ervilhas)
	Acompanhamento	Brócolos assados / Salada de alface roxa e pimento verde
	Sobremesa	Fruta da época
4.ª Feira Dia 17	Sopa	Creme de espinafres
	Prato	Bife de peru estufado com massa lacinhos ¹
	Acompanhamento	Salada de alface, cenoura e milho
	Sobremesa	Fruta da época
5.ª Feira Dia 18	Sopa	Creme de couve-branca
	Prato	Filetes ^{1,3} de pescada ⁴ fritos com arroz
	Acompanhamento	Pimentos tricolores no forno (vermelho, amarelo e verde)
	Sobremesa	Fruta da época
6.ª Feira Dia 19	Sopa	Creme de brócolos
	Prato	Lombo de porco assado com esparguete ¹
	Acompanhamento	Salada de couve-branca, tomate e alface
	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.