



EMENTA Nº 4

Dia da Semana	Composição	
2ª Feira	Sopa	Sopa de curgete e brócolos
	Prato	Massinha de peixe com delícias do mar
	Guarnição	Salada de alface, cenoura e couve-roxa
	Sobremesa	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Sopa de abóbora e alho-francês
	Prato	Escalopes c/arroz colorido
	Guarnição	Salada de tomate e agrião com orégãos
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
4ª Feira	Sopa	Sopa de cenoura com ovo picado
	Prato	Empadão de atum (batata)
	Guarnição	Salada de alface, tomate e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Sopa de nabiça c/grão
	Prato	Esparguete à bolonesa
	Guarnição	Salada de alface, agrião e couve roxa
	Sobremesa	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Sopa de chuchu, cenoura e feijão-verde
	Prato	Lombinhos de pescada com arroz
	Guarnição	Salada de alface, pepino e pimento
	Sobremesa	Fruta da época

Notas Importantes:

- Ementa sujeita a alterações, caso se verifique algum imprevisto no fornecimento de produtos.
- Ementas destinadas ao **Ensino Pré-Escolar e do 1º Ciclo do Ensino Básico** do Concelho de Évora, elaboradas com base na Circular n.º3097/DGE/2018, nas Orientações sobre ementas e refeitórios escolares de julho de 2018, na Lei n.º 11/2017 de 17 de abril, no Despacho n.º 8127/2021 e no Regulamento UE n.º 1169/2011 (alergénios).
- As refeições poderão conter vestígios de alergénios: cereais com glúten, crustáceo, ovo, peixe, amendoins, soja, leite/lactose, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, sulfitos, tremçoço e moluscos, não podendo ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.
- Para dúvidas e esclarecimentos relacionados com os alergénios ou outros assuntos, por favor contacte as responsáveis do refeitório escolar ou a Divisão de Educação e Intervenção Social da CME.

Curiosidades

As mãos das cozinheiras e das auxiliares de cozinha são como varinhas mágicas que transformam alimentos em sabores e momentos.

<https://www.42frases.com.br/frases-de-cozinheiro/>