



EMENTA Nº 1

Dia da Semana	Composição	
2ª Feira	Sopa	Sopa de cenoura e couve-galega
	Prato	Arroz à valenciana
	Guarnição	Salada com alface, cenoura e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Sopa de chuchu e alho-francês
	Prato	Pescada no forno com puré de batata
	Guarnição	Salada de tomate e agrião com orégãos
	Sobremesa	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Sopa de cenoura com ervilhas
	Prato	Frango em molho de tomate com arroz
	Guarnição	Salada com rúcula, milho e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Caldo verde
	Prato	Tabuleiro de bacalhau e delícias do mar
	Guarnição	Salada de alface, cenoura e couve-roxa
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
6ª Feira	Sopa	Creme de curgete com coentros
	Prato	Bifes de porco com molho emental e massa lacinhos
	Guarnição	Salada de alface, cenoura e tomate
	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 nº 11/2017 de 17 de abril, no Despacho n.º 8127/2021 e no Regulamento UE nº 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

Olá Verão!

Chegou a estação dos dias quentes, das frutas fresquinhas, dos gelados e das férias tão desejadas...

Olga Paixão Sola