



## EMENTA Nº 5

Dia da Semana	Composição	
2ª Feira	Sopa	Alho francês
	Prato	Strogonoff de frango com massa fussili e salada de cenoura ralada, tomate e alface <sup>7,10,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Macedónia <sup>9,12</sup>
	Prato	Lombos de salmão no forno com arroz e salada de tomate, alface e couve-roxa <sup>4,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Creme de curgete
	Prato	Jardineira de vitela <sup>1,6,7,9,10,11,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Nabiça
	Prato	Arroz de pescada com tomate e coentros e salada de alface e cenoura ralada <sup>4,9,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Creme de couve flor
	Prato	Massa gratinada de fiambre, bacon e cogumelos com salada de alface e tomate <sup>1,3,6,7,8,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da época / Pudim

### Notas Importantes:

- Ementa sujeita a alterações, caso se verifique algum imprevisto no fornecimento de produtos alimentares ou por concordância do/a coordenador/a de estabelecimento de educação e ensino.
- Ementas elaboradas com base na [Circular n.º 3097/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.
- A refeição contém ou pode conter vestígios de alergénios, nomeadamente:
  - 1 – Glúten, 2 – crustáceos, 3 – ovos, 4 – peixe, 5 – amendoim, 6 – soja, 7 – leite e lactose, 8 – frutos de casca rija, 9 – aipo, 10 – mostarda, 11 – sésamo, 12 – dióxido de enxofre e sulfitos, 13 – tremoços, 14 – moluscos.