

EMENTA Nº 2

Dia da Semana	Composição	
2ª Feira	Sopa	Abóbora
	Prato	Bacalhau à Brás com salada de cenoura ralada, alface e beterraba [1,3,4,12]
	Sobremesa	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Frango estufado com esparguete e salada de alface, milho e tomate [1,10,12]
	Sobremesa	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Puré de feijão [8,12]
	Prato	Lombos de pescada no forno com arroz e salada de alface, tomate e agrião [4,12]
	Sobremesa	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Nabiça
	Prato	Bifes de peru com cogumelos, massa tricolor e salada de tomate, alface e cenoura ralada [1,6,12]
	Sobremesa	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Brócolos
	Prato	Empadão de atum com salada de cenoura ralada, alface e beterraba [3,4,9,10,11,12]
	Sobremesa	Fruta da época

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.