EMENTA Nº 1

Dia da Semana	Composição	
2ª Feira	Sopa	Sopa de agrião
	Prato	Arroz ao forno (c/ frango)
	Guarnição	Salada com alface, cenoura ralada e couve-roxa
	Sobremesa	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Açorda de alho (pescada, ovo, pão)
	Prato	
	Guarnição	Salada de alface
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
4ª Feira	Sopa	Creme couve-flor e cenoura
	Prato	Filetes de pescada em molho de tomate e puré de batata
	Guarnição	Salada com alface, cenoura ralada e couve-roxa
	Sobremesa	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Sopa de nabiça e grão
	Prato	Porco estufado com massinhas
	Guarnição	Salada com rúcula, pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Creme de feijão-verde
	Prato	Douradinhos no forno com arroz de cenoura
	Guarnição	Salada com alface, beterraba e agrião
	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, tremoço 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 Inverno!

Chegou a estação dos dias frios, dos narizes gelados, das sopas quentinhas e dos abraços aconchegados…

Olga Paixão Sola