



## EMENTA Nº 1

Dia da Semana	Composição	
2ª Feira	Sopa	Creme de espinafres
	Prato	Empadão de frango com ervilhas
	Guarnição	Salada com rúcula, pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Sopa juliana
	Prato	Pescada no forno com puré de batata
	Guarnição	Salada de alface
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
4ª Feira	Sopa	Sopa de curgete e cenoura
	Prato	Almôndegas com esparguete
	Guarnição	Salada com alface, cenoura ralada e couve-roxa
	Sobremesa	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Sopa de nabiças com grão
	Prato	Perca gratinada com alecrim e arroz
	Guarnição	Salada de tomate e alface
	Sobremesa	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Creme de alho-francês
	Prato	Salada russa com atum e ovo
	Guarnição	Brócolos, couve-flor e cenoura cozida
	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.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 (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 Primavera!

Chegou a estação dos dias mornos, das flores, das favas e das ervilhas, das andorinhas e das nuvens clarinhas...

*Olga Paixão Sola*