


**SEGUNDA – FEIRA****21-06-2021**

SOPA	Abóbora e Repolho
PEIXE	Massa de Atum e Salada ^{1,3,4,12}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA**22-06-2021**

SOPA	Batata-doce e Alho-francês
CARNE	Feijoada de Porco com Arroz branco ^{1,6,7,9,12}
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA**23-06-2021**

SOPA	Espinafres
PEIXE	Barrinhas de Pescada, Couscous e Salada ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA**24-06-2021**

SOPA	Canja ^{1,3,6,12}
CARNE	Frango Assado, Massa e Legumes ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA**25-06-2021**

SOPA	Creme de Ervilhas
CARNE	Lombo Escamudo em Molho de Tomate, Arroz e Salada ^{4,12}
SOBREMESA	Fruta



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendains, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



Ementa

SEGUNDA – FEIRA**28-06-2021**

SOPA Sopa de Legumes

CARNE Cotovelinhos à bolonhesa e Salada ^{1,3,6,7,9,12}

SOBREMESA Fruta

TERÇA – FEIRA**29-06-2021**

SOPA Acelgas

PEIXE Filete de Pescada no forno, Arroz de cenoura e Salada ^{4,12}

SOBREMESA Fruta

QUARTA – FEIRA**30-06-2021**

SOPA Creme de Cenoura

CARNE Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Legumes ^{1,3,6,12}

SOBREMESA Fruta

**BOAS FÉRIAS!**

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendains, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremogo, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.