



Ementa



SEGUNDA - FEIRA		12-10-2020
SOPA	Acelgas	
PEIXE	Arroz de Atum e Salada ^{4,12}	
SOBREMESA	Fruta	
TERÇA - FEIRA		13-10-2020
SOPA	Cenoura e Espinafres	
CARNE	Hambúguer de Bovino no forno, Massa e Legumes ^{1,3,6,12}	
SOBREMESA	Fruta	
QUARTA - FEIRA		14-10-2020
SOPA	Alho-francês	
PEIXE	Desfeita de Paloco (grão, ovo, batata e paloco) e Salada ^{3,4,12}	
SOBREMESA	Fruta	
QUINTA - FEIRA		15-10-2020
SOPA	Abóbora e Repolho	
CARNE	Tirinhas de Porco Estufadas, Massa e Legumes ^{1,3,12}	
SOBREMESA	Fruta	
SEXTA - FEIRA		16-10-2020
SOPA	Crema de Ervilhas	
PEIXE	Filete de Fogonero no forno, Arroz branco 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, 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.



Itau Ementa

**SEGUNDA – FEIRA****19-10-2020**

SOPA	Espinafres
CARNE	Almôndegas de Bovino em Molho Tomate, Massa e Legumes ^{1,3,6,12}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA**20-10-2020**

SOPA	Abóbora e Grão
PEIXE	Barrinhas de Peixe, Arroz de açafrão e Salada ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA**21-10-2020**

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

QUINTA – FEIRA**22-10-2020**

SOPA	Cenoura e Acelgas
PEIXE	Filete de Pescada no forno, Arroz de tomate e Salada ^{4,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA**23-10-2020**

SOPA	Brócolos
CARNE	Macarronada de Porco e Legumes ^{1,3,6,7,9,12}
SOBREMESA	Fruta



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendãos, 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.


**SEGUNDA - FEIRA****26-10-2020**

SOPA	Batata-doce e Ervilhas
PRATO	Omelete de Queijo no Forno, Arroz de cenoura e Salada ^{3,7,12}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA - FEIRA**27-10-2020**

SOPA	Agrião
CARNE	Esparguete à bolonhesa e Legumes ^{1,3,6,7,9,12}
SOBREMESA	Fruta

QUARTA - FEIRA**28-10-2020**

SOPA	Feijão-verde
PEIXE	Fogonero em Molho Tomate, Puré Batata e Salada ^{1,3,4,6,7,8,12}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA - FEIRA**29-10-2020**

SOPA	Caldo-Verde ^{1,6,7,9,12}
CARNE	Picadinho de Porco, Massa e Legumes ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA - FEIRA**30-10-2020**

SOPA	Abóbora e Nabo
PEIXE	Atum com Feijão-frade, Ovo, Arroz branco e Salada ^{3,4,12}
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 rijas, 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****02-11-2020**

SOPA Alho-francês e Abóbora

CARNE Hambúrguer Bovino no Forno, Arroz branco e Legumes ^{6,12}

SOBREMESA Fruta

TERÇA - FEIRA**03-11-2020**

SOPA Sopa de Legumes

PEIXE Massa de Salmão e Salada ^{1,3,4,12}

SOBREMESA Fruta

QUARTA - FEIRA**04-11-2020**

SOPA Juliana

CARNE Feijoadinha de Porco com Arroz ^{1,6,7,9,12}

SOBREMESA Fruta

QUINTA - FEIRA**05-11-2020**

SOPA Cenoura e Feijão-branco

PEIXE Barrinhas de Pescada, Espirais Tricolor e Salada ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

SOBREMESA Fruta

SEXTA - FEIRA**06-11-2020**SOPA Canja ^{1,3,12}CARNE Frango Assado, Arroz de açafrão e Legumes 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.


**SEGUNDA – FEIRA****09-11-2020**

SOPA Cenoura e Curgete

PEIXE Pescada em Molho Ervas Aromáticas, Arroz de cenoura e Salada ^{4,12}

SOBREMESA Fruta

TERÇA – FEIRA**10-11-2020**

SOPA Agrião e Feijão-catarino

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

SOBREMESA Fruta

QUARTA – FEIRA**11-11-2020**

SOPA Batata-doce e Repolho

PEIXE Atum Escabeche com Batata Cozida e Salada ^{4,12}

SOBREMESA Fruta

QUINTA – FEIRA**12-11-2020**

SOPA Alho-francês e Grão

CARNE Jardineira de Frango com Arroz ^{1,6,7,9,12}

SOBREMESA Fruta

SEXTA – FEIRA**13-11-2020**

SOPA Abóbora e Acelgas

PRATO Ovos Mexidos Simples, Massa e Salada ^{1,3,7,12}

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, 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.