BOTICAS
CÂMARA MUNICIPAL

Agrupamento de Escolas Gomes Monteiro

Ementa semanal

Semana 11 (27 de novembro a 1 de dezembro)

Segunda-feira	**Sopa**	Sopa de alho-francês e abobora
	Prato	Ovos mexidos com fiambre com massa *penne* [1,3,7]
	Hortícolas	Salada de alface e milho
	Sobremesa	Pera/Tangerina
Terça-feira	**Sopa**	Sopa de cenoura e ervilhas
	Prato	Bolos de bacalhau com arroz de cenoura[4]
	Hortícolas	Salada de cenoura e tomate
	Sobremesa	Tangerina/Maça
Quarta-feira	**Sopa**	Creme de *courgette* e couve-flor
	Prato	Frango assado com massa espiral[1]
	Hortícolas	Brócolos e cenoura cozida
	Sobremesa	Laranja/Kiwi
Quinta-feira	**Sopa**	Creme de *courgette* e abobora
	Prato	Bolonhesa de atum[1,2,3,4]
	Hortícolas	Salada de couve-roxa e milho
	Sobremesa	Maça/Abacaxi
Sexta-feira	**Sopa**	**FERIADO**
	Prato	O dia **1 de dezembro** comemora-se **a Restauração da Independência em Portugal,** foi um processo histórico que trouxe a autonomia portuguesa após sessenta anos de União Ibérica (1580-1640).
	Hortícolas	
	Sobremesa	

Nota: a base da sopa é sempre constituída por batata, cebola e cenoura.

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer pequenas alterações

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

Cédula Profissional nº1062N