BOTICAS
CÂMARA MUNICIPAL

Agrupamento de Escolas Gomes Monteiro

Ementa semanal

Semana 14 (3 a 5 de janeiro)

Segunda-feira	**Sopa**	**FÉRIAS**
	Prato	
	Hortícolas	
	Sobremesa	
Terça-feira	**Sopa**	**FÉRIAS**
	Prato	
	Hortícolas	
	Sobremesa	
Quarta-feira	**Sopa**	Sopa de grão-de-bico e lombarda
	Prato	Salada russa com filetes de atum e ovo cozido[3,4]
	Hortícolas	Couve salteada com couve-Bruxelas
	Sobremesa	Pera/Laranja
Quinta-feira	**Sopa**	Creme de alho-francês e abóbora
	Prato	Panados de peru com espiral de cenoura e tomate[1]
	Hortícolas	Salada de cenoura ralada e couve roxa
	Sobremesa	Maçã/Kiwi
Sexta-feira	**Sopa**	Sopa de cenoura e ervilhas
	Prato	Medalhões de pescada estufada com legumes com arroz de cenoura[4]
	Hortícolas	Salada de alface e milho
	Sobremesa	Clementina/Pera

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