BOTICAS
CÂMARA MUNICIPAL

Agrupamento de Escolas Gomes Monteiro

Ementa semanal

Semana 15 (8 a 12 de janeiro)

Segunda-feira	**Sopa**	Sopa de nabo e couve branca
	Prato	Ovos mexidos com Fiambre com massa penne com tomate[1,3,7]
	Hortícolas	Salada de alface, tomate e milho
	Sobremesa	Clementina/Pera
Terça-feira	**Sopa**	Creme de abóbora e ervilhas
	Prato	Salmão no forno com batata e brócolos cozidos[4]
	Hortícolas	Salada de couve roxa e cenoura
	Sobremesa	Banana/Maça
Quarta-feira	**Sopa**	Sopa de alho-francês e brócolos
	Prato	Massa à Lavrador (carne de frango/porco e vitela)[1]
	Hortícolas	Cenoura cozida e couve salteada
	Sobremesa	Kiwi/Pera
Quinta-feira	**Sopa**	Sopa de espinafre e feijão
	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão[1,3,4]
	Hortícolas	Salada de alface com beterraba
	Sobremesa	Maça/Laranja
Sexta-feira	**Sopa**	Sopa de abóbora e couve-flor
	Prato	Coxa de Peru assada com massa espiral[1]
	Hortícolas	Salada de tomate e milho
	Sobremesa	Tangerina/Abacaxi

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