



## EMENTA DE SAD

Mês: Outubro\_Novembro 2018

	Semana de 22 a 26 de Outubro de 2018	Alergénios	Semana de 29 de Outubro a 2 de Novembro de 2018	Alergénios
2. <sup>a</sup> Feira	<b>Sopa:</b> Macedónia <b>Prato:</b> Almondégas de tomatada com esparguete e salada de tomate <b>Dieta:</b> Bife de frango grelhado com arroz e salada de couve roxa e cenoura <b>Sobremesa:</b> Pera	Dióxido de Enxofre Sulfitos; Soja.	<b>Sopa:</b> Ervilhas <b>Prato:</b> Abrótea no forno em cama de legumes com batata assada e brócolos cozidos <b>Dieta:</b> Abrótea cozida com batata e brócolos cozidos <b>Sobremesa:</b> Maçã	Peixe
3. <sup>a</sup> Feira	<b>Sopa:</b> Creme de abóbora com massinhas <b>Prato:</b> Pataniscas de bacalhau com arroz de legumes, com salada mista <b>Dieta:</b> Arroz de bacalhau simples com salada mista <b>Sobremesa:</b> Leite-creme	Glúten; Ovos; Peixe; Leite.	<b>Sopa:</b> Canja <b>Prato:</b> Frango estufado com iogurte com espirais, e salada de alface e tomate <b>Dieta:</b> Bife de frango grelhado com espirais e, salada de alface e tomate <b>Sobremesa:</b> Gelatina de Morango	Glúten; Ovo.
4. <sup>a</sup> Feira	<b>Sopa:</b> Alface <b>Prato:</b> Pá de porco no tacho com massa, com salada de alface e cenoura <b>Dieta:</b> Frango estufado com massa e salada de alface e cenoura <b>Sobremesa:</b> Maça	-	<b>Sopa:</b> Cenoura <b>Prato:</b> Feijão com lombardo <b>Prato:</b> Salada russa de atum com ovo <b>Dieta:</b> Salada russa de pescada com ovo <b>Sobremesa:</b> Banana	Peixe ovo
5. <sup>a</sup> Feira	<b>Sopa:</b> Agrião <b>Prato:</b> Pota à lagareiro com brócolos <b>Dieta:</b> Pota cozida com batata e brócolos cozidos <b>Sobremesa:</b> Banana	Peixe.	Feriado	
6. <sup>a</sup> Feira	<b>Sopa:</b> Feijão-verde <b>Prato:</b> Arroz de pato com salada de tomate e pepino <b>Dieta:</b> Arroz de frango com salada de tomate e pepino <b>Sobremesa:</b> Ameixas	Dióxido de Enxofre Sulfitos.	<b>Sopa:</b> Nabijas <b>Prato:</b> Perca grelhada com batata e legumes <b>Dieta:</b> Perca grelhada com batata e legumes <b>Sobremesa:</b> Laranja	Peixe;
Sábado	<b>Sopa:</b> Camponesa <b>Sopa:</b> Feijão-verde <b>Prato:</b> Pescada de cebolada com batata e couve-flor <b>Dieta:</b> Pescada estufada com batata cozida e couve-flor <b>Sobremesa:</b> Pêra/Laranja	Peixe;	<b>Sopa:</b> Caldo-verde <b>Sopa:</b> Peixe <b>Prato:</b> Jardineira de vitela <b>Dieta:</b> Bife de peru grelhado com arroz e salada mista <b>Sobremesa:</b> Maçã/banana	Sulfitos Peixe

- As ementas só deverão ser alteradas, por motivos de força maior. (Caso os alimentos se encontrem esgotados no ato da compra).