

ESCOLA BÁSICA DE CASTRO MARIM



EMENTA ESCOLAR

SEMANA DE 06 A 10 DE MAIO DE 2024

2ª Feira	Sopa	Couve flor	Alergénios
	Prato	Salada do mar (pescada desfiada, ovo, macedónia e batata cozida)	sulfitos
	Salada	--	peixe, ovo
	Sobremesa	Fruta diversa	

3ª Feira	Sopa	Legumes com lentilhas	sulfitos
	Prato	Arroz malandrinho de frango com legumes (cenoura, feijão-verde e pimento vermelho)	
	Salada	Alface e cebola	sulfitos
	Sobremesa	Fruta diversa	

4ª Feira	Sopa	Grelos	sulfitos
	Prato	Choco guisado c/ervilhas	Peixe, moluscos
	Salada	Cenoura, feijão-verde e brócolos	sulfitos
	Sobremesa	Gelatina	

5ª Feira	Sopa	Creme de courgette	sulfitos
	Prato	Febras de Porco com esparguete	glúten
	Salada	Alface, cebola e tomate	sulfitos
	Sobremesa	Fruta diversa	

6ª Feira	Sopa	Feijão-verde	sulfitos
	Prato	Filetes de pescada panados com arroz de macedónia	peixe, ovo
	Salada	Cenoura, pepino e couve-roxa	sulfitos
	Sobremesa	Fruta diversa	

Nota: Esta ementa está sujeita a alterações. A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.