

ESCOLA BÁSICA DE CASTRO MARIM



EMENTA ESCOLAR

SEMANA DE 20 A 24 DE MAIO DE 2024

			Alergénios
2ª Feira	Sopa	<i>Hortalijas</i>	
	Prato	<i>Perca de cebolada com batata, cenoura e alho francês salteados</i>	peixe
	Salada	--	
	Sobremesa	<i>Fruta diversa</i>	

3ª Feira	Sopa	<i>Feijão-Branco</i>	
	Prato	<i>Bifes de peru com esparguete</i>	glúten, sulfitos
	Salada	<i>Alface, cebola e rúcula</i>	sulfitos
	Sobremesa	<i>Fruta diversa</i>	

4ª Feira	Sopa	<i>Espinafre</i>	Maria Laurent, Daniel Madeira, Leandro Dias, Tomás Graça 6ºB	
	Prato	<i>Espadarte grelhado, temperado c/ervas e salada</i>		peixe
	Salada	<i>Agrião, tomate e cenoura</i>		sulfitos
	Sobremesa	<i>Fruta diversa</i>		

5ª Feira	Sopa	<i>Agrião</i>	
	Prato	<i>Pernas de frango com massa fusili</i>	glúten
	Salada	<i>Alface, pepino e couve-roxa</i>	sulfitos
	Sobremesa	<i>Fruta diversa</i>	

6ª Feira	Sopa	<i>Alho francês</i>	
	Prato	<i>Maruca cozida com batata</i>	peixe
	Salada	<i>Feijão verde, brócolos e cenoura</i>	sulfitos
	Sobremesa	<i>Fruta diversa</i>	

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.