

# ESCOLA BÁSICA DE CASTRO MARIM



## EMENTA ESCOLAR

SEMANA DE 17 A 21 DE JUNHO DE 2024

		Alergénios	
2ª Feira	Sopa	<i>Cenoura e lombardo</i>	
	Prato	<i>Feijoada de choco com arroz branco</i>	<i>crustaceos, moluscos, peixe</i>
	Salada	<i>Alface, tomate e pepino</i>	
	Sobremesa	<i>Fruta diversa</i>	

3ª Feira	Sopa	<i>Alface</i>	
	Prato	<i>Jardineira de peru com massa</i>	<i>glúten</i>
	Salada	<i>Rúcula, cenoura e cebola</i>	
	Sobremesa	<i>Fruta diversa</i>	

4ª Feira	Sopa	<i>Caldo-verde</i>	
	Prato	<i>Medalhões de pescada estufados com batata</i>	<i>peixe</i>
	Salada	<i>Brocolos, couve de Bruxelas e cenoura</i>	<i>sulfitos</i>
	Sobremesa	<i>Fruta diversa</i>	

5ª Feira	Sopa	<i>Creme de brocolos</i>	
	Prato	<i>Cozido simples (carne novilho, frango, cenoura, feijão-verde, couve e arroz)</i>	
	Salada	<i>Alface, tomate e milho</i>	<i>sulfitos</i>
	Sobremesa	<i>Fruta diversa</i>	

6ª Feira	Sopa	<i>Legumes c/ feijão-manteiga</i>	
	Prato	<i>Cação estufado com batatas</i>	<i>peixe</i>
	Salada	<i>Abobora, feijão verde e couve flor</i>	<i>sulfitos</i>
	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.