



# Ementa Refeitório

Almoço Refeição Ligeira (1º Ciclo)

## 18/11/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

**Sopa:** Creme de couve-flor com abóbora

**Prato 1:** Hambúrguer

**Prato 2:** Esparguete

**Outros:** Salada de legumes

**Sobremesa:** Fruta/logurte/Gelatina

## 19/11/2024 - Terça-feira

Alergénicos

**Sopa:** Creme de feijão branco

**Prato 1:** Ovos mexidos

**Prato 2:** Arroz de cenoura

**Outros:** Salada de legumes

**Sobremesa:** Fruta/logurte/Gelatina

## 20/11/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

**Sopa:** Creme de cenoura

**Prato 1:** Chili de carne de bovino

**Prato 2:** Arroz branco

**Outros:** Salada de legumes

**Sobremesa:** Fruta/logurte/Gelatina

## 21/11/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

**Sopa:** Creme de grão com espinafres

**Prato 1:** Bacalhau de natas

**Outros:** Salada de legumes

**Sobremesa:** Fruta/logurte/Gelatina

## 22/11/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

**Sopa:** Creme de brócolos

**Prato 1:** Strogonoff de frango com cogumelos

**Prato 2:** Arroz de legumes

**Outros:** Salada de legumes

**Sobremesa:** Fruta/logurte/Gelatina

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos