

Destinatários Salas A, B, C e D			
Ementa (1): Almoço			
14/ 11/ 2016 a 18/ 11/ 2016			
		Sala A e B	Sala C e D
<b>2ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Sopa Couve-galega	Sopa Couve-galega
	<b>Prato</b>	Massa de carne (frango) c/ cenoura <b>(1)</b>	Massa de carne (frango) c/ cenoura <b>(1)</b>
	<b>Sobremesa</b>	Papa de Pêra / Pêra	Pêra
<b>3ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Sopa de nabo	Sopa de nabo
	<b>Prato</b>	Peixe desfiado (pescada) c/ arroz e esparregado de feijão-verde <b>(2)</b>	Lombos de pescada no forno c/ batata e salada de tomate <b>(3)</b>
	<b>Sobremesa</b>	Papa de banana / Fruta da Época	Fruta da Época
<b>4ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Caldo Verde	Caldo Verde
	<b>Prato</b>	Peru desfiado c/ massa e legumes <b>(4)</b>	Peito de peru grelhado c/ esparguete e legumes salteados <b>(4)</b>
	<b>Sobremesa</b>	Papa de maçã / Maçã assada	Maçã assada ou Gelatina
<b>5ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Sopa de alface	Sopa de alface c/ grão
	<b>Prato</b>	Arroz de peixe (pescada + maruca) e brócolos <b>(5)</b>	Douradinhos c/ arroz e salada de couve roxa <b>(6)</b>
	<b>Sobremesa</b>	Papa banana, pêra (e laranja) / Ananás	Ananás
<b>6ª Feira</b>	<b>Sopa</b>	Sopa de espinafres	Sopa de espinafres
	<b>Prato</b>	Esparguete á bolonhesa (vaca) c/ salada mista <b>(7)</b>	Esparguete á bolonhesa (vaca) c/ salada mista <b>(7)</b>
	<b>Sobremesa</b>	Papa de maçã e pêra / Banana	Banana
Ementa elaborada por: Dinora Bastos (Nutricionista)			

**ALERGÉNIOS:**

(1), (2), (3), (6) e (7) Sulfitos; (1), (2), (4), (6) e (7) Glúten; (1), (4), (6) e (7) Ovo; (2), (3), (5) e (6) Peixe; (6) Leite; (6) Soja; (6) Aipo; (6) Mostarda; (6) Crustáceos; (6) Molusco.