

Semana de 22 a 26 de Julho de 2019

Respostas Sociais

**EMENTA ESCOLA**

	ALMOÇO	LANCHE
2ª FEIRA (22)	<b>Sopa:</b> Caldo verde <sup>12</sup> <b>Prato:</b> Massa à Lavrador <sup>1;3;12</sup> <b>Dieta:</b> Massa com carnes simples e legumes <sup>1;3</sup> Salada de alface <sup>12</sup> <b>Sobremesa:</b> Laranja	Pão de mistura c/ Manteiga <sup>1;7</sup> logurte <sup>7</sup>
3ª FEIRA (23)	<b>Sopa:</b> de espinafres* <b>Prato:</b> Atum com salada russa e ovo <sup>3;4</sup> <b>Dieta:</b> Pescada no forno ao natural com batata e legumes <sup>4</sup> <b>Sobremesa:</b> Melão	Pão de mistura c/ Queijo <sup>1;7</sup> Leite c/ Chocolate <sup>6;7</sup>
4ª FEIRA (24)	<b>Sopa:</b> Juliana* <b>Prato:</b> Coxa de frango no forno com arroz de ervilhas <sup>12</sup> Salada de alface e cenoura <sup>12</sup> <b>Dieta:</b> Igual ao geral <b>Sobremesa:</b> Maçã	Pão de mistura c/ Marmelada <sup>1</sup> Leite simples <sup>7</sup>
5ª FEIRA (25)	<b>Sopa:</b> de couve lombarda* <b>Prato:</b> Meia desfeita de paloco com grão e ovo <sup>3;4</sup> Salada de tomate <sup>12</sup> <b>Dieta:</b> Igual ao geral <b>Sobremesa:</b> Melancia	Pão de mistura c/ Fiambre <sup>1;6</sup> Sumo
6ª FEIRA (26)	<b>Sopa:</b> de feijão-verde <b>Prato:</b> Almôndegas estufadas com esparguete <sup>1;3;12</sup> Salada de alface e tomate <sup>12</sup> <b>Dieta:</b> Carne de porco estufado simples com esparguete <sup>1,3</sup> Salada de alface e tomate <sup>12</sup> <b>Sobremesa:</b> Laranja	Pão de mistura c/ Manteiga <sup>1;7</sup> logurte <sup>7</sup>

✧ Esta Ementa pode ser sujeita a alterações

✧ Nutricionista Lina Roque (Cédula Profissional nº 877N - Ordem dos Nutricionistas)

"OS PRODUTOS CONFECCIONADOS NESTA INSTITUIÇÃO PODEM CONTER NA SUA FORMULAÇÃO OS SEGUINTE ALERGÉNIOS: 1.GLÚTEN, 2.CRUSTÁCEOS, 3.OVO, 4.PEIXE, 5.AMENDOINS, 6.SOJA, 7.LEITE E DERIVADOS, 8.FRUTOS DE CASCA RIJA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E DERIVADOS, 11.SEMENTES DE SÉSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS