

03 a 07 de maio - 2021

Ementa:



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S. TEOTÓNIO

03
Segunda

- Sopa Creme de cenoura (FTS 18)
- Prato Bife de peru de cebolada (FTC 09) **Alergénio 13** e esparguete (FTA 23) **Alergénio 05**
- Prato vegetariano Massa primaveril (FTV 40) **Alergénios 5 e 10**
- Salada Alface e tomate **Alergénio 13**
- Sobremesa Morangos, banana ou alperce (FTs 06)

04
Terça

- Sopa Lentilhas (FTS 41)
- Prato Raia no forno (FTP 44) **Alergénios 09 e 13** com batata cozida (FTA 14)
- Prato vegetariano Seitan no forno com batata (FTV 53) **Alergénios 04 e 13**
- Salada Alface, tomate e agrião **Alergénio 13**
- Sobremesa Nêspira, pera ou meloa (FTs 06)

05
Quarta

- Sopa Agrião (FTS 02)
- Prato Pernas de frango no forno (FTC 38) c/ arroz branco (FTA 01)
- Prato vegetariano Arroz de legumes salteados com molho de soja (FTV 04) **Alergénios 02 e 04**
- Salada Alface, tomate e cenoura ralada **Alergénio 13**
- Sobremesa Ameixas, morangos ou banana (FTs 06)

06
Quinta

- Sopa Espinafres (FTS 28)
- Prato Feijão-frade com atum e ovo (FTP 35) **Alergénios 01 e 09**
- Prato vegetariano Salada de feijão-frade (FTV 48) **Alergénio 10**
- Salada Alface, tomate e beterraba **Alergénio 13**
- Sobremesa Meloa, ameixa ou laranja (FTs 06)

07
Sexta

- Sopa Feijão-verde (FTS 30)
- Prato Pá de porco (FTC 57) **Alergénio 13** com massa fusili (FTA 22) **Alergénio 05**
- Prato vegetariano Massa siciliana (FTV 41) **Alergénio 05**
- Salada Alface, tomate e pepino **Alergénio 13**
- Sobremesa Alperce, nêspira ou pera (FTs 06)

Alergénios: (1) ovo; (2) sésamo; (4) soja; (5) glúten; (06) aipo; (9) peixe; (10) frutos de casca rija e (13) sulfitos.

FTA (ficha técnica acompanhamento) FTC (ficha técnica carne) FTP (ficha técnica peixe)
FTS (ficha técnica sopa) FTV (ficha técnica vegetariano) e FTs (ficha técnica sobremesa)