

10 a 14 de maio - 2021

Ementa:



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S. TEOTÓNIO

10
Segunda

- Sopa Brócolos (FTS 08)
- Prato Medalhões de pescada com batatas e legumes (FTP 48) **Alergénios 09 e 13**
- Prato vegetariano Medalhões de tofu (FTV 57) **Alergénio 04** com batatas e legumes (FTA 14)
- Salada Alface e tomate **Alergénio 13**
- Sobremesa Nêspira, pera ou banana (FTs 06)

11
Terça

- Sopa Ervilhas (FTS 26))
- Prato Arroz à valenciana (FTC 05) **Alergénios 11 e 12**
- Prato vegetariano Arroz de feijão com tofu (FTV 02) **Alergénio 04**
- Salada Alface, tomate e milho **Alergénio 13**
- Sobremesa Ameixa, kiwi ou pera (FTs 06)

12
Quarta

- Sopa Beldroegas (FTS 06)
- Prato Feijoada de lulas (FTP 37) **Alergénio 12** com arroz branco (FTA 01)
- Prato vegetariano Feijoada de legumes (FTV 23) com arroz branco (FTA 01)
- Salada Alface, tomate e beterraba **Alergénio 13**
- Sobremesa Melão, ameixa (FTs 06) ou gelatina (FTs 03)

13
Quinta

- Sopa Curgete (FTS 25)
- Prato Massa com frango gratinada no forno (FTC 54) **Alergénios 03 e 05**
- Prato vegetariano Massa com molho de tomate e soja (FTV 39) **Alergénio 05**
- Salada Alface, tomate e agrião **Alergénio 13**
- Sobremesa Melão, ameixa ou manga (FTs 06)

14
Sexta

- Sopa Aipo (FTS 03) **Alergénio 06**
- Prato Bacalhau espiritual (FTP 18) **Alergénios 03, 05, 08 e 09**
- Prato vegetariano Espiritual de cenoura e abóbora (FTA 17) **Alergénio 05**
- Salada Alface, tomate e pepino **Alergénio 13**
- Sobremesa Melo, maçã ou pera (FTs 06)

Alergénios: (3) leite e derivados; (4) soja; (5) glúten; (06) aipo; (9) peixe; (11) crustáceos; (12) moluscos e (13) sulfitos.

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