

10 a 14 de dezembro - 2018

Ementa:



10
Segunda

- Sopa Creme de legumes (FTS 21)
- Prato Strogonoff (frango) (FTC 49) **Alergénio 3** e massa ninho (FTA 15) **Alergénio 5**
- Prato vegetariano Strogonoff (seitan)(FTV 55) **Alergénios 4** e massa ninho (FTA 15) **Alergénio 5**
- Salada Alface , tomate e milho **Alergénio 13**
- Sobremesa Banana, pera, ou maçã

11
Terça

- Sopa Agrião (FTS 02)
- Prato Medalhões de pescada no forno (FTP 37) **Alergénio 9** e arroz (FTA 01)
- Prato vegetariano Couscous de legumes (FTV 12) **Alergénios 4 e 5**
- Salada Alface, tomate e beterraba **Alergénio 13**
- Sobremesa Gelatina, maçã ou banana

12
Quarta

- Sopa Caldo verde (FTS 07)
- Prato Jardineira (porco) (FTC 32)
- Prato vegetariano Jardineira de legumes (FTV 30)
- Salada Alface, tomate e pepino **Alergénio 13**
- Sobremesa Dióspiro, pera ou kiwi

13
Quinta

- Sopa Alface (FTS 04)
- Prato Massa de tamboril (FTP 36) **Alergénios 5, 9 e 11**
- Prato vegetariano Estufado de legumes c/ massa (FTV 20) **Alergénios 04 e 05**
- Salada Alface, tomate e milho **Alergénio 13**
- Sobremesa Pera, tangerina ou laranja

14
Sexta

- Sopa Grão c/ espinafres (FTS 32)
- Prato Arroz à valenciana (vitela,porco , frango, lulas e camarão) (FTC 02)
- Prato vegetariano Arroz de legumes salteados (FTV 23) **Alergénio 4**
- Salada Alface, tomate e cogumelos **Alergénio 13**
- Sobremesa Tangerina , pera ou kiwi

Alergénios: (3) laticínios; (4) soja; (5) glúten; (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) e FTV (ficha técnica vegetariano)