

18 a 22 de outubro - 2021

Ementa:



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S. TEOTÓNIO

18
Segunda

- Sopa Brócolos (FTS 08)
- Prato Caril de frango (FTC 17) e arroz de cenoura (FTA 03)
- Prato vegetariano Caril de legumes (FTV 10) e arroz de cenoura (FTA 03)
- Salada Alface e tomate **Alergénio 13**
- Sobremesa Banana, pera ou kiwi (FTs 06)

19
Terça

- Sopa Nabiça (FTS 44)
- Prato Meia desfeita (bacalhau, grão e ovo) (FTP 49) **Alergénios 01 e 09**
- Prato vegetariano Rancho vegetariano (FTV 44) **Alergénio 05**
- Salada Alface, tomate e milho **Alergénio 13**
- Sobremesa Pera, melão ou uvas (FTs 06)

20
Quarta

- Sopa Feijão-verde (FTS 30)
- Prato Macarronada de vitela (FTC 53) **Alergénio 05**
- Prato vegetariano Massa c/ soja e molho de tomate (FTV 39) **Alergénios 04 e 05**
- Salada Alface, tomate e pepino **Alergénio 13**
- Sobremesa Melão, manga ou maçã (FTs 06)

21
Quinta

- Sopa Caldo verde (FTS 09)
- Prato Feijoada de legumes (FTV 23) com arroz branco (FTA 01)
- Prato vegetariano Feijoada de legumes (FTV 23) com arroz branco (FTA 01)
- Salada Alface, tomate e cenoura ralada **Alergénio 13**
- Sobremesa Kiwi, uvas ou laranja (FTs 06)

22
Sexta

- Sopa Cenoura (FTS 18)
- Prato Lombo de porco estufado (FTC 60) c/ esparguete (FTA 23) **Alergénio 05**
- Prato vegetariano Couscous de legumes (FTV 12) **Alergénios 04 e 05**
- Salada Alface, tomate e beterraba ralada **Alergénio 13**
- Sobremesa Maçã, melão ou pera (FTs 06)

Alergénios: (1) ovo; (4) soja; (5) glúten; (9) peixe 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)