

24 a 28 de maio - 2021

Ementa:



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S. TEOTÓNIO

24
Segunda

- Sopa Alface (FTS 04)
- Prato Filetes de pescada panados (FTP 39) **Alergénios 01, 05 e 09** com arroz de ervilhas (FTA 10)
- Prato vegetariano Feijão-verde com tomate e arroz de ervilhas (FTV 24) **Alergénio 13**
- Salada Alface e tomate **Alergénio 13**
- Sobremesa Melão, pera ou ameixa (FTs 06)

25
Terça

- Sopa Coentros s/ ovo (FTS 13)
- Prato Vitela estufada (FTC 67) com puré batata (FTA 27) **Alergénio 3**
- Prato vegetariano Bife de seitan com molho cremoso (FTV 07) **Alergénio 04** e puré batata (FTA 27) **Alergénio 3**
- Salada Alface, tomate e azeitonas **Alergénio 13**
- Sobremesa Morangos, banana ou melão (FTs 06)

26
Quarta

- Sopa Espargos (FTS 27)
- Prato Salada do mar (FTP 62) **Alergénios 05, 09 e 11**
- Prato vegetariano Mistura de massa e legumes c/ sumo de laranja (FTV 42)
- Salada Alface, tomate e beterraba ralada **Alergénio 13**
- Sobremesa Mela, nêperas ou pera (FTs 06)

27
Quinta

- Sopa Caldo verde (FTS 09)
- Prato Lombo de porco com ananás (FTC 50) e batata cozida (FTA 14)
- Prato vegetariano Seitan no forno com batatas e brócolos (FTV 52) **Alergénio 04**
- Salada Alface, tomate e cenoura ralada **Alergénio 13**
- Sobremesa Melancia, uvas ou maçã verde (FTs 06)

28
Sexta

- Sopa Favas (FTS 29)
- Prato Perca no forno (FTP 51) **Alergénios 09 e 13** com legumes (FTA 17)
- Prato vegetariano Legumes estufados com lentilhas (FTV 37)
- Salada Alface, tomate e pepino **Alergénio 13**
- Sobremesa Mela, maçã verde (FTs 06) ou gelado (FTs 02) **Alergénio 3**

Alergénios: (1) ovos; (3) leite e derivados; (4) soja; (5) glúten; (9) peixe; (12) crustáceos 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)