

25 de fev. a 01 de março - 2019

Ementa:



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S. TEOTÓNIO

25
Segunda

- Sopa Acelgas (FTS 01)
- Prato Panadinhos (pescada) (FTP 36) **Alergénios 5 e 9** e arroz de legumes (08)
- Prato vegetariano Tofu (FTV 56) **Alergénio 4** e arroz de legumes (08)
- Salada Alface e tomate **Alergénio 13**
- Sobremesa Banana, pera ou maçã

26
Terça

- Sopa Grão c/ nabiça (FTS 33)
- Prato Carne de porco à alentejana (FTC 08) **Alergénio 11**
- Prato vegetariano Bife de seitan grelhado (FTV 08) **Alergénio 4** c/ batata cozida (FTA 13)
- Salada Alface, tomate e pepino **Alergénio 13**
- Sobremesa Pera, tangerina ou kiwi

27
Quarta

- Sopa Macedónia (FTS 39)
- Prato Bacalhau à Brás (FTP 09) **Alergénios 1 e 9**
- Prato vegetariano Legumes à Brás (FTV 35) **Alergénio 4**
- Salada Alface, tomate e milho **Alergénio 13**
- Sobremesa Maçã, pera ou laranja

28
Quinta

- Sopa Curgete (FTS 22)
- Prato Cozido de feijão c/ couve e massa (FTC 20) **Alergénio 5**
- Prato vegetariano Cozido vegetariano (FTV 13) **Alergénio 4**
- Salada Alface e tomate **Alergénio 13**
- Sobremesa Pera, maçã ou kiwi

01
Sexta

- Sopa Caldo-verde (FTS 07)
- Prato Arroz de polvo (FTP 05) **Alergénio 12**
- Prato vegetariano Arroz de legumes (FTV 04)
- Salada Alface, tomate e cenoura ralada **Alergénio 13**
- Sobremesa Laranja, pera ou manga

Alergénios: (1) ovos; (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),
FTs (ficha técnica sobremesa)