

Segunda-feira

11

Sopa
Sopa de feijão-verde

Prato
Roti de peru c/ esparguete

Dieta
Bife de porco grelhado c/ esparguete

Vegetariana
Crepes de legumes c/ arroz de feijão

Hortícolas
Salada mista e legumes cozidos

Sobremesa
Fruta da época

Terça-feira

12

Sopa
Sopa de feijão frade c/ nabiças

Prato
Filetes de pescada no forno c/ batata cozida

Dieta
Dourada grelhada c/ batata cozida

Vegetariana
Quiche de abóbora c/ cogumelos e arroz de cenoura

Hortícolas
Salada mista de alface, couve-roxa e cenoura ralada

Sobremesa
Fruta da época

Quarta-feira

13

Feriado

Quinta-feira

14

Sopa
Creme de cenoura

Prato
Rissóis de camarão ou de peixe c/ arroz de cenoura

Dieta
Redfish cozido c/ macedónia

Vegetariana
Brás de legumes

Hortícolas
Salada mista e legumes cozidos

Sobremesa
Fruta da época

Sexta-feira

15

Sopa
Sopa de alho francês

Prato
Bifanas de porco c/ espirais

Dieta
Bife de frango grelhado c/ espirais

Hortícolas
Salada mista de alface, tomate, cenoura e cebola

Sobremesa
Fruta da época

ementa

11 A 15 JUNHO

Se é alérgico ou intolerante a alguma das substâncias a seguir discriminadas peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa:

glúten crustáceos ovos peixe aipo
soja leite frutos de casca rija amendoim
mostarda sementes de sésamo tremoços
sulfitos/dióxido de enxofre moluscos

? pode conter

A Salada Mista é composta no mínimo por 3 ingredientes de entre os seguintes: Alface, tomate, cenoura, pepino, couve roxa, milho e cebola. a) **Fruta da época** 2 a 3 variedades. **Doce** 2 a 3 vezes por mês. b) **Importante** – Esta ementa pode ser alterada, por motivos imprevistos de carácter excepcional, passando a mesma a ser constituída por um prato único.



COLÉGIO
VALSASSINA