

SEMANA 5 – 03 a 07 de março de 2025

		Valor Energético (Kcal)	Total KCal
<b>2ª Feira</b>			
Sopa			
Prato			
Comp. Hortícola			
Sobremesa			
<b>3ª Feira</b>			
Sopa			
Prato			
Comp. Hortícola			
Sobremesa			
<b>4ª Feira</b>			
Sopa			
Prato			
Comp. Hortícola			
Sobremesa			
<b>5ª Feira</b>			
Sopa	Brócolos	37	189
Prato	Medalhões de pescada com molho de tomate e arroz de ervilhas <sup>4</sup>	100	
Comp. Hortícola	Alface, tomate e pimento	22	
Sobremesa	Fruta da época	30	
<b>6ª Feira</b>			
Sopa	Feijão encarnado com repolho	83	342
Prato	Arroz de carnes (tipo valenciana)	178	
Comp. Hortícola	Tomate, cenoura e beterraba	23	
Sobremesa	Fruta da época	58	

**Nota:** A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: 1 – cereais que contém glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovos; 4 – Peixes; 5 – Amendoins; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sementes de sésamo; 12 – dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – tremçoço; 14 – molusco. Se é alérgico a algum alimento por favor contacte um colaborador, ou a Unidade de Educação e Ação Social do Município. A ementa poderá sofrer alterações por motivos imprevistos.

