

CÂMARA MUNICIPAL DE LEIRIA

EMENTAS ESCOLARES



SETEMBRO/2017

SAMVIPAZ - ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

DIA DO MÊS	COMPOSIÇÃO DA EMENTA			
	SOPA	PRATO	LEGUMES	SOBREMESA
13	Creme de ervilhas (ervilhas, abóbora e cabeça nabo)	Franguito no forno c/ esparguete ¹ (Perna de frango no forno)	Alface, tomate e cebola	Maçã
14	Espinafres (espinafre, cebola e cabeça nabo)	Pescada frita c/ salada russa ⁴ (pescada à posta frita c/ batata, feijão verde e cenoura cozidos)	Feijão verde e cenoura	Pera
15	Legumes (couve, cabeça nabo e abóbora)	Macarronada de carne (jardineira de porco e entrecosto estufados c/ macarrão) ¹	Ervilhas e cenoura	Laranja
16/17				
18	Macedónia (feijão verde, abóbora e curgete)	Atum e ovo cozido c/ arroz de cenoura ^{3,4}	Alface, cebola e milho	Melão
19	Nabiça (nabiça, abóbora e curgete)	Peru no forno c/ espiral ¹ (perna de peru no forno)	Brócolos e cenoura	Quivi
20	Canja de galinha (salsa, cebola, ovo e cuscus) ^{1,3}	Peixinho no forno c/ batata assada (peixe vermelho à posta) ⁴	Couve e cenoura	Gelatina morango/Maçã
21	Agrião (agrião, curgete e cabeça nabo)	Grelhados mistos c/ arroz (febras de porco e entrecosto grelhados)	Tomate, alface e cebola	Laranja
22	Grão c/ couve (grão de bico, couve e cenoura)	Calamares no forno c/ cotovelinhos ^{1,4,3,6} (rodela de pota panadas no forno)	Ervilhas e cenoura	Banana
23/24				
25	Juliana (cenoura, couve e abóbora)	Vitela estufada c/ arroz (vitela fatiada estufada)	Feijão verde e cenoura	Maçã
26	À Lavrador (feijão, couve e cenoura)	Peixinho grelhado c/ batata cozida (salmão à posta) ⁴	Migas (couve, feijão frade e broa)	Pêssego
27	Caldo verde (couve, abóbora e cenoura)	Bifanas de porco fritas c/ esparguete ¹	Ervilhas e cenoura	Pera
28	Nabiça (nabiça, abóbora e curgete)	Peixinho cozido c/ batata cozida (peixe bacalhau à posta) ⁴	Couve flor e cenoura	Melão
29	Alho francês (alho francês, curgete e abóbora)	Arroz de pato (pato desfiado cozido c/ arroz e chouriço assados no forno)	Alface, cebola e milho	Laranja

Bebida: Água

Alergénios alimentares: Substâncias ou produtos que podem provocar alergias ou intolerâncias de acordo com o Regulamento (EU) nº 1169/2011: ¹Cereais que contém glúten; ²Crustáceos e produtos à base de crustáceos; ³Ovo e produtos à base de ovo; ⁴Peixe e produtos à base de peixe; ⁵Amendoins e produtos à base de amendoins; ⁶Soja e produtos à base de soja; ⁷Leite e produtos à base de leite; ⁸Frutos de casca rija; ⁹Aipo e produtos à base de aipo; ¹⁰Mostarda e produtos à base de mostarda; ¹¹Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos; ¹³Tremoço e produtos à base de tremoço; ¹⁴Moluscos e produtos à base de moluscos.

A Ementa encontra-se em beneficiação, podendo sobrevir alterações.

ANO LETIVO _ 2017 /2018