



ementa

09 a 15 SETEMBRO de 2024

ALMOÇO



Elaborado por:
Sabor & Arte Coimbra

Segunda-feira

Sopa
Sopa de grão com Hortalíça

Carne
Febras à brasileira (c/ arroz, batata frita, farofa, banana frita e feijão preto)[1, 3, 6, 14]

Peixe
Massada de peixe[1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 13]

Vegetariano
OMELETE DE LEGUMES NO FORNO[3, 6, 7]

Terça-feira

Sopa
Sopa de feijão verde

Carne
Perna de peru no forno (c/ batata assada)[1, 9, 10, 11, 14]

Peixe
Pescada à casa (c/ batata frita à rodela)[1, 3, 4, 6, 14]

Vegetariano
Pataniscas de legumes (c/ arroz de legumes)[1, 3, 6, 9, 14]

Quarta-feira

Sopa
Sopa de espinafres[9]

Carne
Rancho à Portuguesa[1, 3, 6, 8, 9, 10, 11, 14]

Peixe
Carapauzinhos (c/ arroz de feijão)[1, 4, 6, 9, 12, 14]

Vegetariano
Rolinhos folhados de legumes (c/ arroz de legumes)[1, 3, 6, 7, 9]

Quinta-feira

Sopa
Sopa de feijão vermelho

Carne
Rojões à beirã[9, 10, 11, 14]

Peixe
Caril de lulas [1, 4, 8, 9, 10, 11, 14]

Vegetariano
Peixinhos da horta (c/ arroz de legumes)[1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11]

Sexta-feira

Sopa
Caldo verde[1, 6, 14]

Carne
Arroz de frango no forno[1, 6, 9, 10, 11, 14]

Peixe
Pasteis de Bacalhau (c/ arroz de tomate)[1, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 14]

Vegetariano
Courgete recheada (c/ arroz branco)[6, 14]

SÁBADO

Sopa
sopa de couve branca (Sopa de Couve Branca)

Carne
Jardineira de Carnes[9]

Peixe
Lombinhos de peixe c/ batata cozida e legumes[1, 4, 6, 9, 14]

DOMINGO

Sopa
Sopa juliana

Carne
Frango assado no forno (c/ esparquete)[1, 9, 10, 11, 14]

Peixe
Bacalhau espiritual[1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11]

Vegetariano
Alho francês à brás (c/ ovo mexido e batata palha)[1, 3, 6, 7, 9, 10]

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

LEGENDA (? = pode conter)

- 1 GLÚTEN
- 2 CRUSTÁCEOS
- 3 OVOS
- 4 PEIXE
- 5 AMENDOIM
- 6 SOJA
- 7 LEITE
- 8 FRUTOS CASCA RIJA
- 9 AIPO
- 10 MOSTARDA
- 11 SEMENTES DE SESAMO
- 12 TREMOÇOS
- 13 MOLUSCOS
- 14 SULFITOS/DÍÓXIDO DE ENXOFRE

A ementa pode ser alterada, por imprevistos de carácter excecional, motivados pelo fornecimento de matérias-primas ou anomalias dos equipamentos de cozinha.