



# ementa

23 a 29 SETEMBRO de 2024

## ALMOÇO



Elaborado por:

**Sabor & Arte Coimbra**



### Segunda-feira

#### Sopa

Sopa de grão com Hortalíça

#### Carne

Bifinhos de porco [1, 6, 9, 14]

#### Peixe

Potas à lagareiro (c/ batata a murro e migas)[1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14]

#### Vegetariano

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

### Terça-feira

#### Sopa

Sopa de feijão verde

#### Carne

Peito de frango recheado c/ alheira (Peito de frango recheado c/ alheira)[1, 6, 9, 10, 11, 14]

#### Peixe

Filetes de pescada (c/ arroz de tomate)[1, 3, 4, 6, 9, 14]

#### Vegetariano

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

### Quarta-feira

#### Sopa

Sopa de espinafres[9]

#### Carne

Frango estufado c/ esparquete[1, 3, 9]

#### Peixe

Empadão de peixe[3, 4, 6, 7]

#### Vegetariano

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

### Quinta-feira

#### Sopa

Sopa de feijão vermelho

#### Carne

Bifinhos à Suiça (c/ arroz branco e batata frita)[14]

#### Peixe

Atum à brás[1, 3, 4, 6, 7, 9, 10]

#### 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

Jardineira de Carnes[9]

#### Peixe

Raia à lagareiro (c/ batata a murro e migas)[1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 14]

#### Vegetariano

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

### SÁBADO

#### Sopa

sopa de couve branca (Sopa de Couve Branca)

#### Carne

Lombo de porco assado (c/ batata assada e arroz branco)[1, 9, 10, 11, 14]

#### Peixe

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

### DOMINGO

#### Sopa

Sopa juliana

#### Carne

Arroz de pato (À moda antiga)[1, 6, 9, 10, 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/DIÓXIDO DE ENXOFRE

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