

**REFEITÓRIO DA ESCOLA BÁSICA DO JARDIM DE INFÂNCIA E 1.º CICLO DE
CASTANHEIRA DE PERA**

EMENTA

Semana 29 a 2 de novembro de 2018

Dia 29	<i>Sopa</i>	Sopa de alho francês
2.ª Feira	<i>Prato peixe</i>	Filetes de pescada com arroz de tomate ^{1,3,4}
	<i>Sal. & Veg</i>	Alface, milho, cenoura
	<i>Sobremesa</i>	Maçã
	<i>Pão</i>	Pão de mistura ¹
Dia 30	<i>Sopa</i>	Sopa de legumes
3.ª Feira	<i>Prato carne</i>	Esparguete à bolonhesa ^{1,3,12}
	<i>Sal. & Veg</i>	Alface, tomate, couve-roxa
	<i>Sobremesa</i>	Banana
	<i>Pão</i>	Pão de mistura ¹
Dia 31	<i>Sopa</i>	Sopa de abóbora e espinafre
4.ª Feira	<i>Prato peixe</i>	Pescada à posta com salada de legumes ^{1,4}
	<i>Sal. & Veg.</i>	Alface, milho, tomate
	<i>Sobremesa</i>	Pera
	<i>Pão</i>	Pão de mistura ¹
Dia 1		Feriado
5.ª Feira		
Dia 2	<i>Sopa</i>	Sopa de brócolos
6.ª Feira	<i>Prato carne</i>	Feijoada de carnes com arroz branco ¹²
	<i>Sal. & Veg.</i>	Couve lombarda, cenoura
	<i>Sobremesa</i>	kiwi
	<i>Pão</i>	Pão de mistura ¹



Observações

• Segundo o Regulamento (UE) N.º 1169/2011 relativo à prestação de informação aos consumidores sobre os géneros alimentícios, informa-se que a sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos que provocam alergias ou intolerâncias **1** (Cereais que contêm glúten); **2** (Crustáceos e produtos à base de crustáceos); **3** (Ovos e produtos à base de ovos); **4** (Peixes e produtos à base de peixes); **5** (Amendoins e produtos à base de amendoins); **6** (Soja); **7** (Leite); **8** (Frutos de casca rijas); **9** (Aipo); **10** (Mostarda); **11** (Sementes de sésamo); **12** (Dióxido de enxofre e sulfitos); **13** (Tremoço); **14** (Moluscos). Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

• Ementa sujeita a alterações

O Responsável