



## Ementa SAD

		Segunda 14/11/2022	Terça 15/11/2022	Quarta 16/11/2022	Quinta 17/11/2022	Sexta 18/11/2022	Sábado 19/11/2022	Domingo 20/11/2022
Almoço	Sopa	Sopa Juliana	Creme de Cenoura	Caldo Verde <sup>12</sup>	Canja <sup>1,3</sup>	Sopa de feijão e couve	Sopa de Espinafres	Sopa de Brócolos
	Prato principal	Rancho <sup>1,12</sup> Couve cozida	Peixe vermelho no forno. <sup>4</sup> Arroz branco Salada de tomate e pepino	Pá de porco guisada com cotevelinhos <sup>1,2</sup> Salada de alface	Rissóis de peixe <sup>1,2,3,4</sup> e arroz de cenoura Salada de alface e milho	Frango assado no forno com puré de batata <sup>1,3,7</sup> Brócolos cozidos	Pescada <sup>4</sup> , ovo <sup>3</sup> , batata e feijão verde cozidos	Grelhada mista (costeleta, entremeada e salsicha fresca) <sup>1,7,12</sup> com arroz de feijão. Salada de alface e tomate
	Sobremesa	Laranja	Banana	Maçã	Mousse de Chocolate	Pêra	Laranja	Maçã
Lanche		Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão com fiambre <sup>1,6,7,13</sup> + Pão com doce <sup>1</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Bolachas <sup>1,3,6,7,11</sup> + Pão com mortadela <sup>1,6,7,13</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão com queijo de barrar <sup>1,7</sup> + Pão com fiambre <sup>1,6,7,13</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão com marmelada <sup>1</sup> + Pão com manteiga <sup>1,7</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Iogurte <sup>7</sup> + Pão com queijo <sup>1,7</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão com mortadela <sup>1,6,7,13</sup> + Pão com manteiga <sup>1,7</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão com marmelada <sup>1</sup> + Pão com queijo <sup>1,7</sup>

Nota: Ementa sujeita a alteração

### Lista de Alergénios

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Glúten	Crustáceos	Ovos	Peixes	Amendoins	Soja	Leite (incluindo lactose)	Frutos de casca rija	Alfo	Mostarda	Sementes de sésamo	Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10mg/kg ou 10mg/L	Tremçoço	Moluscos