

2ª Feira - 08/11/2021

Costeletas de porco à Salsicheiro **CARNE:**







Atum com salada de feijão frade **PEIXE:**







VEGETARIANO:

CARNE:

CARNE:

DIETA:

VEGETARIANO:

Seitan à Wellinton

Vitela cozida com arroz branco DIETA:

3ª Feira - 09/11/2021

Vitela assada no forno com batata assada

Courgette recheada com lentilhas







Arroz de marisco **PEIXE:**



DIETA: Carapau assado ao natural



4ª Feira - 10/11/2021

Panados de frango com arroz de legumes



Sardinha assada com batata cozida e salada de pimentos **PEIXE:**

Tofú assado no forno com alho françês **VEGETARIANO:**

Bife de frango grelhado com esparguete



5^a Feira - 11/11/2021

Feijoada à Transmontana **CARNE:**



PEIXE: Bacalhau Espiritual



Couscous à Marroquina **VEGETARIANO:**



Pescada cozida com legumes DIETA:



6^a Feira - 12/11/2021

CARNE: Rotti de peru assado com esparregado



Filete de pescada à parmegiana **PEIXE:**



Folhado de legumes com arroz branco **VEGETARIANO:**

Frango estufado ao natural com legumes **DIETA:**

Esta ementa poderá ser alterada em virtude do mercado abastecedor.

A dieta deverá ser marcada no dia anterior ou no próprio dia até às 10:00 h.

Salvaguardamos que apesar do código de boas práticas da empresa, ter por base a adoção de princípios e medidas que evitem a contaminação cruzada a mesma pode verificar-se.



Aipo

Dióxido de enxofre



Leite













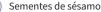


Frutos de casca rija



Moluscos







Glúten