

PEIXE:

DIETA:

PEIXE:

DIETA:

CARNE:

VEGETARIANO:

2ª Feira - 10/01/2022

Bifinhos de frango à Italiana com arroz branco **CARNE:**









Massa carbonara vegetariana

Bife de frango grelhado com arroz







3ª Feira - 11/01/2022

Costeletas de porco grelhadas com arroz e batata frita **CARNE:**

Marmotinhas douradas com arroz de tomate

Rissóis de camarão com salada de feijão frade

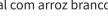
VEGETARIANO: Legumes salteados com tofu

Pescada estufada ao natural com arroz branco









4ª Feira - 12/01/2022

Lasanha de vitela com salada mista

Pescada assada no forno com batata assada **PEIXE:**

Caril de seitan com maçã **VEGETARIANO:**

Fígado de vitela grelhado com batata cozida **DIETA:**

















5^a Feira - 13/01/2022

Frango alourado com arroz de açafrão **CARNE:**

Carapau grelhado com molho verde e batata cozida **PEIXE:**

VEGETARIANO: Empadão vegetariano

Carapau grelhado com batata cozida **DIETA:**

















6a Feira - 14/01/2022

Alheira à Moda de Mirandela **CARNE:**

PEIXE: Filetes de peixe com molho de marisco

Quiche vegetariana guarnecida **VEGETARIANO:**

Frango cozido com arroz branco **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.



Amendoim

Crustáceos



Dióxido de enxofre



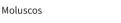
Frutos de casca rija







Leite







Sementes de sésamo





Tremoço

Soja



