

CÂMARA MUNICIPAL DE LEIRIA

EMENTAS ESCOLARES



Mês: dezembro /Ano: 2022

Entidade Fornecedora: CASA - Centro de Apoio Social de Azoia

	SOPA	PRATO	HORTÍCOLAS	FRUTA
1				
2	Sopa de brócolos	Coxa de frango estufada com arroz colorido	Alface, tomate e couve-roxa	Maçã
3/4				
5	Creme de cenoura	Salmão ⁽⁴⁾ assado (posta) com batata cozida	Brócolos, cenoura e couve-flor	Pudim ^(3,7)
6	Sopa de nabiças	Lombo de porco estufado (cubos) com massa ⁽¹⁾ , lacinhos	Ervilha, cenoura e pimento	Clementina
7	Sopa camponesa (couve com feijão)	Salada de feijão-frade, com atum ⁽⁴⁾ , ovo ⁽³⁾ cozido e batata cozida	Feijão-verde, milho e cenoura	Banana
8				
9	Sopa de feijão-verde	Nuggets ^(1,3,4,6,7,10,12 e 14) de frango no forno com massa ⁽¹⁾ , <i>penne</i>	Alface, tomate e couve-roxa	Maçã
10/11				
12	Creme de abóbora	Pescada ⁽⁴⁾ estufada (posta) com batata cozida (aos cubos)	Alface, cenoura e pepino	Pera
13	Sopa de cenoura e alho-francês	Febras de porco estufadas com esparguete ⁽¹⁾	Curgete, Pimento e Cenoura	Gelatina ⁽¹⁾
14	Sopa Juliana	Medalhões de pescada ⁽⁴⁾ com arroz colorido	Ervilhas, cenoura e curgete aos cubos	Laranja
15	Creme de favas	Coxa de frango assada com massa ⁽¹⁾ , cotovelinhos	Brócolos, couve-flor e cenoura	Maçã
16	Sopa de couve	Bacalhau ⁽⁴⁾ gratinado (desfiado) com batata palha	Couve, tomate e cenoura	Banana
17/18				
19	Creme de ervilhas	Ovos ⁽³⁾ escalfados com ervilhas e batata cozida (aos cubos)	Alface, pepino e milho	Clementina
20	Caldo Verde	Pescada ⁽⁴⁾ estufada (posta) com massa ⁽¹⁾ , cotovelos	Ervilha, cenoura e tomate	Maçã
21	Sopa de espinafres	Bifes de peru grelhados com Migas de arroz, couve e feijão-frade	Couve, feijão-frade e cenoura	Pera
22	Sopa de couve-flor	Abrótea ⁽⁴⁾ assada (posta) com batata assada	Feijão-verde, couve-de-bruxelas e cenoura	Banana
23	Creme de feijão-verde	Empadão de atum ⁽⁴⁾ (desfiado) com arroz branco	Alface, tomate e couve-roxa	Maçã assada (sem açúcar)
24/25				
26	Sopa de grão-de-bico	Coxa de frango estufada com massa ⁽¹⁾ , <i>fusilli</i>	Alface, tomate e cenoura	Laranja
27	Creme de abóbora	Salada de grão com bacalhau ⁽⁴⁾ cozido e batata cozida	Grão, ervilha e cenoura	Pera
28	Sopa de couve	Hambúrgueres ^(1,6 e 12) (vaca e porco) com arroz branco	Alface, tomate e pepino	Pudim ^(3,7)
29	Sopa de feijão-verde	Maruca ⁽⁴⁾ (assada posta) com batata assada	Cenoura, beterraba e pepino	Banana
30	Creme de alho francês	Rancho (vaca e porco aos cubos com grão-de-bico) e arroz branco	Alface, tomate e cenoura	Maçã
31				

Bebida: água

Nota: a ementa encontra-se em beneficiação, podendo sobrevir alterações.

Alergénios Alimentares: a refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ⁽¹⁾Cereais que contém glúten, ⁽²⁾Crustáceos, ⁽³⁾Ovos, ⁽⁴⁾Peixe, ⁽⁵⁾Amendoins, ⁽⁶⁾Soja, ⁽⁷⁾Leite, ⁽⁸⁾Frutos de casca rija, ⁽⁹⁾Aipo, ⁽¹⁰⁾Mostarda, ⁽¹¹⁾Sementes de sésamo, ⁽¹²⁾Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ⁽¹³⁾Tremoços e ⁽¹⁴⁾Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos. Para mais esclarecimentos, contacte a entidade fornecedora das refeições escolares.