

CÂMARA MUNICIPAL DE LEIRIA

EMENTAS ESCOLARES



Mês: Abril 2023

Entidade Fornecedora: CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE REGUEIRA DE PONTES

DIA DO MÊS	COMPOSIÇÃO DA EMENTA					
	SOPA	PRATO	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	HORTÍCOLAS	SOBREMESA
3	Interrupção letiva					
4						
5						
6						
7						
10	Interrupção letiva					
11						
12						
13						
14						
17	Creme de ervilhas	Coxa de frango estufada	Soja estufada	Massa fusili ²	Ervilha, cenoura e pimento	Fruta da época
18	Caldo verde	Pescada gratinada ⁴	Seitán assado com legumes	Batata salteada	Feijão-verde, cenoura e brócolos	Fruta da época/ Pudim
19	Sopa de peixe	Febras de porco com cogumelos	Ervilhas estufadas com cogumelos	Massa esparguete ²	Alface, cenoura e beterraba ralada	Fruta da época
20	Sopa de couve-flor	Bacalhau à Brás ⁴	Legumes à Brás	Batata palha	Alface, pepino e tomate	Fruta da época
21	Sopa de feijão-verde	Arroz à valenciana	Feijoada vegetariana	Arroz branco	Brócolos, cenoura e curgete	Fruta da época
24	Sopa de couve com feijão	Frango no forno	Feijão com legumes	Batata no forno	Alface, tomate e beterraba	Fruta da época
25	Creme de cenoura	Massinha de peixe ⁴	Lentilhas com legumes	Massa cotovelinhos ²	Couve-flor, cenoura e curgete	Fruta da época/ Gelatina
26	Creme de abóbora	Arroz de pato	Salteado de espinafres com soja	Arroz branco	Alface, cenoura e beterraba	Fruta da época
27	Sopa de favas	Medalhões de pescada estufados ⁴	Tomates recheados com soja	Puré de batata	Feijão-verde, cenoura e couve	Fruta da época
28	Creme de legumes	Hambúrguer de vaca	Hambúrguer de grão-de-bico	Massa esparguete ²	Alface, pepino e tomate	Fruta da época

Nota: Ementa sujeita a eventuais alterações por motivos de força maior. A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: 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, 14 Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante estas substâncias são inofensivas.