

# CÂMARA MUNICIPAL DE LEIRIA

## EMENTAS ESCOLARES



Mês: maio /Ano: 2023

Entidade Fornecedora: CASA - Centro de Apoio Social de Azoia

	SOPA	PRATO	HORTÍCOLAS	FRUTA
1				
2	Creme de legumes	<b>Hambúrgueres</b> <sup>(1, 6 e 12)</sup> (vaca e porco) com <b>esparguete</b> <sup>(1)</sup>	Alface, tomate e pepino	Maçã
3	Creme de cenoura	<b>Filetes de pescada</b> <sup>(1, 3, 4 e 7)</sup> no forno com batata assada	Brócolos, ervilhas e curgete	Laranja
4	Sopa de nabiças	Coxa de frango estufada com arroz de cenoura	Alface, tomate e couve-roxa	<b>Pudim</b> <sup>(3,7)</sup>
5	Sopa camponesa (couve com feijão)	<b>Perca</b> <sup>(4)</sup> assada (posta) com batata assada	Feijão-verde, milho e cenoura	Banana
6/7				
8	Sopa de brócolos	Lombo de porco estufado (cubos) com <b>massa, lacinhos</b> <sup>(1)</sup>	Ervilhas, cenoura e pimento	Clementina
9	Creme de abóbora	Salada de feijão-frade, com <b>atum</b> <sup>(4)</sup> , <b>ovo</b> <sup>(3)</sup> cozido e batata cozida	Cenoura, feijão-verde e ervilhas	<b>Gelatina</b> <sup>(1)</sup>
10	Sopa de cenoura e alho-francês	<b>Nuggets de frango</b> <sup>(1,3,6,7,10,12 e 14)</sup> no forno com <b>esparguete</b> <sup>(1)</sup>	Alface, tomate e cenoura	Maçã
11	Sopa Juliana	<b>Pescada</b> <sup>(4)</sup> estufada (posta) com migas de arroz, couve e feijão-frade	Alface, pepino e cenoura ralada	Banana
12	Creme de favas	Febras de porco estufadas com <b>massa, fusilli</b> <sup>(1)</sup>	Alface, pepino e beterraba ralada	Laranja
13/14				
15	Sopa de feijão-verde	<b>Abrótea</b> <sup>(4)</sup> assada (posta) com batata assada	Couve-flor, cenoura e feijão-verde	Maçã
16	Sopa de brócolos	Rancho (vaca e porco aos cubos com grão-de-bico) e arroz branco	Alface, cenoura e couve roxa	Clementina
17	Creme de alho-francês	<b>Paloco</b> <sup>(4)</sup> à Brás com batata palha	Alface, pepino e milho	Maçã assada (sem açúcar)
18	Sopa de abóbora e espinafres	Coxa de frango estufada com arroz branco	Beterraba, cenoura e milho	Laranja
19	Sopa de grão-de-bico	<b>Pescada</b> <sup>(4)</sup> (posta) gratinada com batata assada	Couve-flor, cenoura e ervilhas	Banana
20/21/22				
23	Creme de feijão-verde	Bifes de peru com limão com <b>massa, fusilli</b> <sup>(1)</sup>	Pepino, alface e milho	Maçã
24	Creme de ervilhas	<b>Douradinhos de pescada</b> <sup>(1,3,4 e 7)</sup> com batata assada	Feijão-verde, cenoura e couve-flor	<b>Pudim</b> <sup>(3,7)</sup>
25	Caldo Verde	Coxa de frango estufada com arroz colorido	Ervilhas, cenoura e pimento	Laranja
26	Sopa de espinafres	Salada de grão com <b>bacalhau</b> <sup>(4)</sup> cozido, e batata cozida	Feijão-verde, cenoura e ervilha	Banana
27/28				
29	Sopa de couve-flor	<b>Stroganoff</b> <sup>(1,7)</sup> com cogumelos e <b>massa, espirais</b> <sup>(1)</sup>	Alface, cenoura e beterraba ralada.	Clementina
30	Creme de feijão-verde	Medalhões de <b>pescada</b> <sup>(4)</sup> c/ cebolada e batata cozida (aos cubos)	Feijão-verde, cenoura e couve	Laranja
31	Sopa camponesa	Frango estufado com <b>esparguete</b> <sup>(1)</sup>	Feijão-verde, couve-flor e cenoura	Maçã

**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: <sup>(1)</sup>Cereais que contém glúten, <sup>(2)</sup>Crustáceos, <sup>(3)</sup>Ovos, <sup>(4)</sup>Peixe, <sup>(5)</sup>Amendoins, <sup>(6)</sup>Soja, <sup>(7)</sup>Leite, <sup>(8)</sup>Frutos de casca rija, <sup>(9)</sup>Aipo, <sup>(10)</sup>Mostarda, <sup>(11)</sup>Sementes de sésamo, <sup>(12)</sup>Dióxido de Enxofre e Sulfitos, <sup>(13)</sup>Tremoços e <sup>(14)</sup>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.