

# CÂMARA MUNICIPAL DE LEIRIA

## EMENTAS ESCOLARES



Mês: julho /Ano: 2023

Entidade Fornecedora: CASA - Centro de Apoio Social de Azoia

	SOPA	PRATO	HORTÍCOLAS	FRUTA
1/2				
3	Sopa de brócolos	Rolo de carne (vaca e porco) com <b>esparguete</b> <sup>(1)</sup>	Alface, milho e tomate	Laranja
4	Creme de abóbora	<b>Perca</b> <sup>(4)</sup> assada (posta) com batata assada	Alface, milho e couve-roxa	<b>Pudim</b> <sup>(3,7)</sup>
5	Sopa de cenoura e alho-francês	Febras de porco estufadas com <b>massa fusilli</b> <sup>(1)</sup>	Grão-de-bico, couve branca e cenoura	Melão
6	Creme de feijão-verde	<b>Douradinhos</b> <sup>(4)</sup> no forno com arroz de ervilha	Tomate, pimento, beringela	Banana
7	Sopa de grão-de-bico	Jardineira (carne de vaca aos cubos) com batata cozida	Ervilha, cenoura e feijão-verde	Maçã
8/9				
10	Sopa Juliana	<b>Abrótea</b> <sup>(4)</sup> assada (posta) e <b>ovo</b> <sup>(3)</sup> cozido com arroz colorido	Alface, tomate e pepino	Laranja
11	Creme de abóbora	Lombo de porco estufado com <b>esparguete</b> <sup>(1)</sup>	Alface, cenoura e tomate	Melancia
12	Sopa de couve	Salada de grão com <b>bacalhau</b> <sup>(4)</sup> cozido e batata cozida	Grão, feijão-verde e cenoura	Banana
13	Creme de alho-francês	Coxa de frango estufada com arroz branco	Beterraba, cenoura e milho	Maçã
14	Sopa camponesa	Caldeirada de <b>solha</b> <sup>(4)</sup> (posta), com batata cozida	Alface, ervilha e cenoura	<b>Gelatina</b> <sup>(1)</sup>
15/16				
17	Caldo Verde	Frango estufado com <b>esparguete</b> <sup>(1)</sup>	Feijão-verde, couve-flor e cenoura	Melão
18	Creme de favas	<b>Pescada</b> <sup>(4)</sup> assada (posta) com arroz de ervilha	Alface, milho e cenoura	Maçã assada (sem açúcar)
19	Sopa de feijão-verde	<b>Lasanha</b> <sup>(1)</sup> de carne	Alface, tomate e pepino	Laranja
20	Creme de cenoura	<b>Maruca</b> <sup>(4)</sup> estufada (posta) com batata cozida	Ervilha, brócolos e cenoura	Banana
21	Sopa de abóbora e espinafres	Salada de frango (frango desfiado), com <b>massa, lacinhos</b> <sup>(1)</sup>	Alface, tomate e cenoura	Maçã
22/23				
24	Sopa de cenoura e alho-francês	<b>Salmão</b> <sup>(4)</sup> assado (posta) e <b>ovo</b> <sup>(3)</sup> cozido com batata cozida	Brócolos, cenoura e couve-flor	Laranja
25	Creme de ervilhas	<b>Nuggets de frango</b> <sup>(1,3,4,6,7,10,12,14)</sup> no forno com <b>massa, penne</b> <sup>(1)</sup>	Alface, tomate e couve-roxa	Melancia
26	Sopa Juliana	<b>Pescada</b> <sup>(4)</sup> (assada posta) com arroz de tomate	Salada russa (ervilha, cenoura e feijão-verde)	Banana
27	Sopa de nabiças	<b>Stroganoff</b> <sup>(1,7)</sup> com cogumelos e <b>massa, espirais</b> <sup>(1)</sup>	Alface, tomate e couve-roxa	Maçã
28	Creme de abóbora	Medalhões de <b>pescada</b> <sup>(4)</sup> c/ cebolada e batata cozida (aos cubos)	Ervilhas, cenoura e curgete aos cubos	<b>Pudim</b> <sup>(3,7)</sup>
29/30				
31	Sopa de feijão-verde	Rancho (vaca e porco aos cubos com grão-de-bico) e arroz branco	Alface, tomate e cenoura	Laranja

**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.