

CÂMARA MUNICIPAL DE LEIRIA

EMENTAS ESCOLARES



Mês: abril /Ano: 2024

Entidade Fornecedora: CASA - Centro de Apoio Social de Azoia

DIA	COMPOSIÇÃO DA EMENTA			
	SOPA	PRATO	LEGUMES	SOBREMESA
1	Creme de Abóbora ¹²	Hambúrguer (vaca) com esparguete ¹	Tomate, alface, pepino e orégãos ¹²	Fruta da época
2	Sopa de feijão vermelho com couve-lombarda ¹²	Arroz de pescada ⁴ com coentros	Couve roxa, pepino e cenoura ¹²	Fruta da época/gelatina
3	Sopa de cenoura e alho francês ¹²	Jardineira (vaca aos cubos) com batata cozida	Alface, beterraba e cenoura ¹²	Fruta da época
4	Creme de cenoura ¹²	Filetes de pescada gratinados com alecrim ^{1,4} e arroz de ervilhas	Tomate, pepino e milho ¹²	Fruta da época
5	Sopa de feijão-verde ¹²	Tirinhas de frango estufadas com massa espiral ¹	Brócolos, cenoura e couve-flor ¹²	Fruta da época
6/7				
8	Creme de feijão-verde ¹²	Calamares ^{1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 12, 14} com arroz de cenoura	Tomate, pepino e beterraba ¹²	Fruta da época
9	Sopa de brócolos ¹²	Tirinhas de porco estufadas com ervilhas, cenoura e massa espiral ¹	Alface, couve roxa e milho ¹²	Fruta da época
10	Sopa de Grão-de-bico ¹²	Paloco à Gomes de Sá ^{3,4} com batata cozida	Tomate, pepino e cenoura ¹²	Fruta da época
11	Sopa de nabiças ¹²	Frango assado (perna/coxa) com esparguete ¹	Alface, milho, pepino e coentros ¹²	Fruta da época
12	Creme de ervilhas ¹²	Pescada (posta) cozida com ovo cozido ^{3,4} e batata cozida	Abóbora, cenoura e pimento (assado) ¹²	Fruta da época/iogurte ⁷
13/14				
15	Creme de cenoura ¹²	Nuggets (frango) ^{1, 3, 6, 7, 10, 12} com arroz de feijão	Alface, tomate e coentros ¹²	Fruta da época
16	Sopa de nabiça com feijão branco ¹²	Pescada espiritual ⁴ com batata palha ^{1, 6, 7, 9, 10}	Tomate, pepino, cenoura e orégãos ¹²	Fruta da época
17	Sopa de Couve-flor ¹²	Almôndegas (aves) com molho de tomate e curgete e massa penne ¹	Brócolos, cenoura e feijão-verde ¹²	Fruta da época
18	Creme de legumes e massinha ^{1, 12}	Cavala à ratatouille ⁴ com batata cozida	Couve roxa, cenoura e pepino ¹²	Fruta da época
19	Sopa de feijão-verde ¹²	Empadão de carne (vaca) com arroz e cenoura	Alface, tomate e milho ¹²	Fruta da época
20/21				
22	Sopa juliana (couve-lombarda) ¹²	Salada de feijão-frade, atum, ovo cozido ^{3,4} com batata cozida	Alface, tomate e pepino ¹²	Fruta da época
23	Creme de alho francês ¹²	Feijoada (vaca e porco aos cubos) com arroz branco	Brócolos, couve-flor e cenoura ¹²	Fruta da época
24	Sopa de Grão-de-bico ¹²	Caldeirada de pescada (posta) ⁴ com batata cozida	Alface, cenoura e milho ¹²	Fruta da época / Maçã assada (sem açúcar)
25				
26	Creme de cenoura ¹²	Filetes de pescada panados ^{1, 3, 4} no forno com arroz de tomate	Alface, cenoura e couve-roxa ¹²	Fruta da época
27/28				
29	Sopa de espinafres ¹²	Hambúrguer (aves) ^{3,7} com esparguete ¹	Alface, tomate e coentros ¹²	Fruta da época
30	Sopa camponesa (feijão manteiga) ¹²	Medalhões de pescada com cebolada (não fracionado) ⁴ e batata cozida	Tomate, couve roxa e cenoura ¹²	Fruta da época/pudim ^{3, 6, 7}

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.