

CÂMARA MUNICIPAL DE LEIRIA

EMENTAS ESCOLARES



Mês/Ano: MAIO 2024

Identificação da Entidade Fornecedora: Associação de Pais e Encarregados de Educação da Barosa

COMPOSIÇÃO DA EMENTA MAIO / 2024

DIA	SOPA	PRATO	ACOMPANHAMENTO	SOBREMESA
1	FERIADO			
2	Sopa de feijão verde ¹²	Massada de peixe com pimento (red-fish e lulas) ^{4, 14} com massa cotovelo ¹	Salada de alface, cenoura e couve roxa ¹²	Fruta da época
3	Creme de favas ¹²	Panados de peru no forno com limão ^{1, 3} com arroz colorido (beterraba, cenoura e milho) ¹²	Salada de alface, tomate e pepino ¹²	Fruta da época
4/5	FIM DE SEMANA			
6	Sopa de agrião ¹²	Douradinhos ^{1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 12, 14} com arroz de cenoura	Salada de alface com cenoura e beterraba ralada ¹²	Fruta da época
7	Sopa de couvelombarda ¹²	Coxa de frango estufada com ervilhas com massa espiral ¹	Couve-flor, brócolos e cenoura ¹²	Fruta da época
8	Creme de ervilhas ¹²	Paloco com grão e ovo com picadinho de salsa e cebola ^{3, 4, 12} com batata cozida	Salada de alface, tomate e coentros ¹²	Fruta da época / Gelatina de origem vegetal
9	Creme de abóbora com massinhas ^{1, 12}	Bolonhesa (100% carne de vaca) com massa esparguete ¹	Salada de pepino, cenoura e couve roxa ¹²	Fruta da época
10	Sopa de feijão vermelho com nabiça ¹²	Empadão de atum (arroz) ^{3, 4} com arroz branco	Salada de pimentos, milho e cenoura ¹²	Fruta da época
11/12	FIM DE SEMANA			
13	Sopa de espinafres ¹²	Nuggets (frango) ^{1, 3, 6, 7, 10, 12} com arroz de cenoura	Salada de alface, tomate, pepino e orégãos ¹²	Fruta da época
14	Sopa de Agrião ¹²	Salada de feijão-frade, atum, ovo e picadinho de salsa e cebola ^{3, 4, 12} com batata cozida	Salada de tomate, cenoura e beterraba ralada ¹²	Fruta da época / Gelatina de origem vegetal
15	Creme de ervilhas ¹²	Bolonhesa (100% carne de vaca) com massa esparguete ¹	Salada de cenoura, couve roxa e pepino ¹²	Fruta da época

COMPOSIÇÃO DA EMENTA MAIO / 2024

DIA	SOPA	PRATO	ACOMPANHAMENTO	SOBREMESA
16	Sopa camponesa (feijão manteiga) ¹²	Salmão assado com ovo cozido (posta) ^{3, 4} com batata cozida	Salada de beterraba, cenoura ralada e tomate ¹²	Fruta da época
17	Creme de feijão verde ¹²	Coxa de frango estufada com arroz branco	Brócolos, couve-flor e cenoura ¹²	Fruta da época
18/219	FIM DE SEMANA			
20	Sopa de Nabiças ¹²	Empadão de atum (arroz) ^{3, 4} com arroz branco	Salada de tomate, milho e pepino ¹²	Fruta da época
21	Creme de cenoura ¹²	Perna de frango estufada com cenoura e massa esparguete ¹	Brócolos, cenoura e couve-flor ¹²	Fruta da época
22	FERIADO			
23	Creme de favas ¹²	Jardineira (vaca) com batata cozida	Salada de alface, cenoura e coentros ¹²	Fruta da época
24	Sopa juliana (couve lombarda) ¹²	Massada de peixe (red-fish e lulas) ^{4, 14} com massa cotovelos ¹	Salada de tomate, beterraba e couve-flor ¹²	Fruta da época / Gelatina de origem vegetal
25/26	FIM DE SEMANA			
27	Creme de legumes ¹²	Hambúrguer (aves) com massa esparguete ¹	Salada de tomate, pepino e orégãos ¹²	Fruta da época
28	Sopa camponesa (feijão manteiga) ¹²	Salada de feijão-frade, atum, ovo e picadinho de salsa e cebola ^{3, 4, 12} com batata cozida	Salada de tomate, cenoura e beterraba ralada ¹²	Fruta da época
29	Creme de alho francês ¹²	Lombo de porco estufado (cubos) com massa lacinhos ¹	Salada de cenoura, couve-roxa e alface ¹²	Fruta da época
30	FERIADO			
31	Sopa de agrião ¹²	Feijoada (vaca e porco aos cubos) com arroz branco	Salada de tomate, pepino e milho ¹²	Fruta da época

Bebida: água

Oferta de **pão de mistura**¹. Alimentos assinalados a **negrito** indicam que podem conter alergénios. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias, produtos e/ou derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²crustáceos, ³ovos, ⁴peixe e produtos à base de peixe, ⁵amendoins, ⁶soja e produtos à base de soja, ⁷leite e produtos à base de leite, ⁸frutos de casca rija, ⁹aipo, ¹⁰mostarda, ¹¹sementes de sésamo, ¹²dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³ tremoços e ¹⁴moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

AVISO: Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.