



CÂMARA MUNICIPAL DA MARINHA GRANDE



ANO LECTIVO 2022-2023

24 a 28 de Abril

DIA	PRATO	EMENTA	Kcal
2ª-feira	Sopa	Creme de Abóbora com massinhas ¹	102
	Prato	Chili de carne da aves ^{1,6,12} picada (feijão, milho, cenoura cubinho) e arroz branco, salada de beterraba, cebola e tomate	511
	Vegetariano	Chili vegetariano (feijão catarino, cenoura ao cubinho e milho) e arroz branco, salada de beterraba, cebola e tomate	571
	Sobremesa	Fruta da época	44
3ª-feira	Sopa	Feriado	
	Prato		
	Vegetariano		
	Sobremesa		
4ª-feira	Sopa	Juliana	102
	Prato	Carne de porco guisada, ervilhas, cenoura, macarronete ¹ e feijão verde cozido	335
	Vegetariano	Massa macarronete ¹ com favas, brócolos, couve flor e tomate	311
	Sobremesa	Fruta da época	44
5ª-feira	Sopa	Brócolos	89
	Prato	Abrótea cozida com batata, cenoura, brócolos, milho e ovo ralado ^{3,4}	285
	Vegetariano	Bife de seitan ^{1,6} de cebolada, batata, cenoura, brócolos e milho	300
	Sobremesa	Fruta da época	44
6ª-feira	Sopa	Alho francês com curgete aos cubos	96
	Prato	Perna de Peru estufada desossada com ervas de provençence com arroz de lentilhas e salada de tomate, pepino e alface	425
	Vegetariano	Empadão de arroz com lentilhas e cenoura com salada de tomate, pepino e alface	369
	Sobremesa	Fruta da época	44
Fruta da época: Laranja; Maçã Golden; clementina			

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1Cereais que contém glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixe, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoços, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.