

EMENTAS DA SEMANA

Entidade: Município de Loulé

Ano Escolar: 2023/2024

Setor: Ref Mun - Refeitório Sede

Tipo Refeição: Almoço

Semana: 06/05/2024 a 12/05/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	06 mai	Sopa	Bróculos	Bróculos
		Prato	Empadão de atum c/arroz	Empadão de ervilhas e legumes c/arroz
		Vegetais	Alface,tomate,beterraba	Alface,tomate,beterraba
		Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	Fruta da época (min. 3 variedades)
		Pão	Mistura 45gr.	Mistura 45gr.
		V. Calórico		
		Alergénicos	Glúten; Ovos; Peixes; Leite, Glúten	Glúten; Ovos; Leite, Glúten
Terça-feira	07 mai	Sopa	Grelas	Grelas
		Prato	Frango c/esparguete	Grão c/couve e massa
		Vegetais	Alface,tomate,cenoura	Alface,tomate,cenoura
		Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	Fruta da época (min. 3 variedades)
		Pão	Mistura 45gr.	Mistura 45gr.
		V. Calórico		
		Alergénicos	Glúten	Glúten, Glúten
Quarta-feira	08 mai	Sopa	Grão c/ agrião	Grão c/ agrião
		Prato	Filete de Robalo c/batata e legumes	Caril de Legumes c/puré de batata
		Vegetais	Alface,milho,tomate	Alface,milho,tomate
		Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	Fruta da época (min. 3 variedades)
		Pão	Mistura 45gr.	Mistura 45gr.
		V. Calórico		
		Alergénicos	Peixes, Glúten	Glúten; Ovos, Glúten
Sexta-feira	10 mai	Sopa	Nabiça c/ ovo	Nabiça c/ ovo
		Prato	Hamburguer (vaca/porco) c/arroz de cenoura	Lasanha de legumes
		Vegetais	Alface,couve roxa,tomate	Alface,couve roxa,tomate
		Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	Fruta da época (min. 3 variedades)
		Pão	Mistura 45gr.	Mistura 45gr.
		V. Calórico		
		Alergénicos	Ovos, Glúten, Glúten	Ovos, Glúten, Glúten

*mdr*