

**EMENTAS DA SEMANA**

**Entidade:** Município de Loulé

**Ano Escolar:** 2023/2024

**Setor:** Ref Mun - Refeitório Sede

**Tipo Refeição:** Almoço

**Semana:** 13/05/2024 a 19/05/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira	13 mai	Sopa	Legumes	Legumes
		Prato	Massa c/atum e cenoura	Tomate recheado c/bolonhesa de soja e massa
		Vegetais	Cenoura,agrião,tomate	Cenoura,agrião,tomate
		Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	Fruta da época (min. 3 variedades)
		Pão	Mistura 45gr.	Mistura 45gr.
		V. Calórico		
		Alergénicos	Glúten; Peixes, Glúten	Glúten; Soja, Glúten
Terça-feira	14 mai	Sopa	Espinafres c/ ovo	Espinafres c/ ovo
		Prato	Frango do campo c/grão arroz	Bolinhos de grão c/arroz
		Vegetais	Alface,cenoura,pepino	Alface,cenoura,pepino
		Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	Fruta da época (min. 3 variedades)
		Pão	Mistura 45gr.	Mistura 45gr.
		V. Calórico		
		Alergénicos	Glúten	Ovos, Glúten
Quarta-feira	15 mai	Sopa	Coentros c/ batata doce	Coentros c/ batata doce
		Prato	Massinha de peixe (perca, salmão e tintureira)	Ervilhas c/ovos
		Vegetais	Alface,pimento,cenoura	Alface,pimento,cenoura
		Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	Fruta da época (min. 3 variedades)
		Pão	Mistura 45gr.	Mistura 45gr.
		V. Calórico		
		Alergénicos	Peixes, Glúten	Ovos, Glúten
Quinta-feira	16 mai	Sopa	Juliana	Juliana
		Prato	Bifinhos do cachaço c/puré de Batata	Curgete Gratinada c/batata doce
		Vegetais	Rabanete,alface,cenoura	Rabanete,alface,cenoura
		Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	Fruta da época (min. 3 variedades)
		Pão	Mistura 45gr.	Mistura 45gr.
		V. Calórico		
		Alergénicos	Glúten; Ovos; Leite, Glúten	Glúten; Leite, Glúten
Sexta-feira	17 mai	Sopa	Feijão com Repolho	Feijão com Repolho
		Prato	Filetes de Dourada c/arroz de Tomate	Arroz de Feijão-frade, bróculos e Alho-francês
		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; Peixes, Glúten	Glúten

*Handwritten signature*