

**EMENTAS DA SEMANA**

**Entidade:** Município de Loulé

**Ano Escolar:** 2023/2024

**Setor:** Ref Mun - Refeitório Sede

**Tipo Refeição:** Almoço

**Semana:** 29/04/2024 a 05/05/2024

		Carne	Peixe	Vegetariano
Segunda-feira <b>29 abr</b>	Sopa		Lentilhas	Lentilhas
	Prato		Salada Russa de atum	Salada russa c/ ovo
	Vegetais		Alface,tomate,pepino	Alface,tomate,pepino
	Sobremesa		Fruta da época (min. 3 variedades)	Fruta da Época
	Pão		Mistura 45gr.	Mistura 45gr.
	V. Calórico			
	Alergénicos		Ovos; Peixes, Glúten	Ovos, Glúten
Terça-feira <b>30 abr</b>	Sopa	Alho francês		Alho francês
	Prato	Gratinado de carne (porco/vaca)		Gratinado de legumes c/seitan
	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
Quinta-feira <b>02 mai</b>	Sopa		Cenoura c/batata doce e ovo	Cenoura c/batata doce e ovo
	Prato		Filetes de salmão c/massa macarrão e bróculos	Massa c/lentilhas e legumes
	Vegetais		Alface,tomate,rabanetes	Alface, tomate, rabanete
	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; Ovos, Glúten
Sexta-feira <b>03 mai</b>	Sopa	Caldo Verde		Caldo Verde
	Prato	Feijoada de Perú c/ arroz		Bolinhos de feijão c/ arroz
	Vegetais	Alface,tomate,pimento		Alface,tomate,pimento
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)		Fruta da época (min. 3 variedades)
	Pão	Mistura 45gr.		Mistura 45gr.
	V. Calórico			
	Alergénicos	Glúten		Glúten

*fradep*