

Ementa semanal 4 a 8 de novembro de 2024



1º ciclo

S E G U N D A	Sopa	Puré de legumes
	Prato	Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Lasanha de carne (vitela) com salada de alface e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta da época
Q U A R T A	Sopa	Alho-francês
	Prato	Salmão no forno com ervas aromáticas, batata e legumes salteados
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Espinafres
	Prato	Arroz de aves (frango/peru) com salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
S E X T A	Sopa	Creme de ervilhas
	Prato	Filetes de pescada grelhados com limão, batata e legumes cozidos
	Sobremesa	Fruta/ Sobremesa doce

Legenda de alérgenos:



Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos

(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.



Rua do Centro Cultural n.º 11
7580-060 Alcácer do Sal
cbsjqsecretaria@gmail.com
Telefone 265 619 040
NIF 501 178 627

Assinado por: VANESSA FILIPA CAMILO ROMÃO
Num. de identificação: 14324861
Data: 2024.10.22 19:46:32+01'00'
Certificado por: Ordem dos Nutricionistas
Atributos certificados: Vanessa Romão, Nutricionista 3176N

Ementa semanal 11 a 15 de novembro de 2024



1º ciclo

S E G U N D A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Macarrão no forno com frango, brócolos, milho e cenoura ralada 🍷
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Peixe cozido (pescada/maruca) com batata e legumes cozidos 🐟
	Sobremesa	Gelatina/ Fruta
Q U A R T A	Sopa	Juliana
	Prato	Frango à <i>fricassé</i> com massa espiral e salada de alface e tomate 🍷 🍷
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Puré de feijão com agrião
	Prato	Lombinhos de pescada estufados com arroz de legumes 🐟
	Sobremesa	Fruta
S E X T A	Sopa	Nabiças
	Prato	Cubinhos de carne (porco/frango) com batata salteada e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta

Legenda de alergénios:



Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos

(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.



Rua do Centro Cultural n.º 11
7580-060 Alcázar do Sal
eebajoquecretaria@gmail.com
Telefone 265 619 040
NIF 501 178 627

Assinado por: VANESSA FILIPA CAMILO ROMÃO
Num. de Identificação: 14324861
Data: 2024.10.22 19:47:24+0100'
Certificado por: Ordem dos Nutricionistas
Atributos certificados: Vanessa Romão, Nutricionista 3176N

Ementa semanal 18 a 22 de novembro de 2024



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Puré de legumes
	Prato	Salada de atum com feijão frade, brócolos, milho e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Jardineira de vitela com salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
Q U A R T A	Sopa	Feijão-verde com cenoura
	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	S/ Serviço Avaliação intercalar do 1º semestre
	Prato	
	Sobremesa	
S E X T A	Sopa	S/ Serviço Avaliação intercalar do 1º semestre
	Prato	
	Sobremesa	

Legenda de alergénios:



Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos
(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.




Rua do Centro Cultural n.º 11
7580-060 Alcobaça do Sal
ccbsjqsecretaria@gmail.com
Telefone 265 619 040
NIF 501 178 627

Handwritten signature in blue ink.

Assinado por: VANESSA FILIPA CAMILO ROMÃO
Num. de identificação: 14324861
Data: 2024.10.22 19:47:58+01'00'
Certificado por: Ordem dos Nutricionistas
Atributos certificados: Vanessa Romão, Nutricionista 3176N

Ementa semanal 25 a 29 de novembro de 2024



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Massa espiral com frango, fiambre e cogumelos e salada de alface com cenoura ralada 
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Red fish no forno com batata e legumes salteados 
	Sobremesa	Fruta
Q U A R T A	Sopa	Creme de abóbora com nabiça
	Prato	Bifanas com arroz de ervilhas e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Puré de grão com agrião
	Prato	Massinha de peixe com ervas aromáticas  
	Sobremesa	Fruta
S E X T A	Sopa	Espinafres
	Prato	Frango assado no forno com batata e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta/ Sobremesa doce

Legenda de alérgenos:



Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos (Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.



Rua do Centro Cultural n.º11
7580-060 Alcácer do Sal
ccbsjqsecretaria@gmail.com
Telefone 265 619 040
NIF 501 178 627

Assinado por: VANESSA FILIPA CAMILO ROMÃO
Num. de Identificação: 14324851
Data: 2024.10.22 19:48:45+01'00'
Certificado por: Ordem dos Nutricionistas
Atributos certificados: Vanessa Romão, Nutricionista 3176N