



## Escolas | João de Araújo Correia

### REFEITÓRIO

## Ementa | Almoço

Semana de 27/01/2025 a 31/01/2025

### DIA 27/01/2025 - SEGUNDA-FEIRA

Carne

Sopa	<b>Repolho</b>
Prato	<b>Almôndegas de aves estufadas com molho de tomate e esparguete</b> <sup>1,3,6,12</sup>
Salada	<b>Alface, couve roxa e cenoura</b>
Sobremesa	<b>Fruta da Época</b>

### DIA 28/01/2025 - TERÇA-FEIRA

Peixe

Sopa	<b>Couve-flor</b>
Prato	<b>Salada de maruca (maruca, batata, grão e ovo)</b> <sup>3,4</sup>
Salada	<b>Alface e tomate</b>
Sobremesa	<b>Fruta da Época</b>

### DIA 29/01/2025 - QUARTA-FEIRA

Carne

Sopa	<b>Caldo verde</b>
Prato	<b>Costeleta de porco grelhada com arroz e feijão preto</b>
Salada	<b>Alface e cenoura</b>
Sobremesa	<b>Fruta da Época</b>

### DIA 30/01/2025 - QUINTA-FEIRA

Peixe

Sopa	<b>Cenoura com feijão branco</b>
Prato	<b>Bacalhau à Brás (bacalhau, cebola, ovo, batata)</b> <sup>3,4</sup>
Salada	<b>Alface, rúcula e milho</b>
Sobremesa	<b>Fruta da Época</b>

### DIA 31/01/2025 - SEXTA-FEIRA

Carne

Sopa	<b>Cebola</b>
Prato	<b>Peru assado com arroz de cenoura</b>
Salada	<b>Alface, tomate e cebola</b>
Sobremesa	<b>Fruta da Época</b>

### Ementa sujeita a alteração

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: (1) Cereais que contêm glúten, (2) Crustáceos, (3) Ovos, (4) Peixe e produtos à base de peixe, (5) Amendoins, (6) Soja, (7) Leite, (8) Frutos de casca rija, (9) Aipo, (10) Mostarda, (11) Sementes de sésamo, (12) Dióxido de enxofre e sulfitos, (13) Tremoço, (14) Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.