

# Ementa Prevista

## COLÉGIO DO SARDÃO

**SEMANA de 25 a 29 de setembro**

Segunda

**Sopa:** Legumes  
**Prato:** Massa à lavrador  
**Acompanhamento:** Brócolos (incorporados)  
**Sobremesa:** Fruta da época

Terça

**Sopa:** Legumes e feijão  
**Prato:** Arroz de peixe com legumes  
**Acompanhamento:** ----  
**Sobremesa:** Fruta da época

Quarta

**Sopa:** Legumes  
**Prato:** Espaguete à bolonhesa  
**Acompanhamento:** Salada de alface  
**Sobremesa:** Fruta da época

Quinta

**Sopa:** Legumes  
**Prato:** Cozido de peixe com todos  
**Acompanhamento:** Couve branca e cenoura  
**Sobremesa:** Fruta da época / Doce

Sexta

**Sopa:** Legumes  
**Prato:** Croquetes/rissóis com arroz de legumes malandrinho  
**Acompanhamento:** ----  
**Sobremesa:** Fruta da época



A ementa contém ou pode conter: **1.** Cereais com glúten ou produtos à base destes cereais **2.** Crustáceos ou produtos à base de crustáceos **3.** Ovos e produtos à base de ovos **4.** Peixes e produtos à base de peixes **5.** Amendoins e produtos à base de amendoins **6.** Soja e produtos à base de soja **7.** Leite e produtos à base de leite **8.** Frutos de casca rija (amêndoas, nozes, avelãs, caju, pistácios,...) e produtos à base destes frutos **9.** Aipo e produtos à base de aipo **10.** Mostarda e produtos à base de mostarda **11.** Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo **12.** Dióxido de enxofre e sulfitos em concentração sup. a 10mg/Kg ou 10mg/l expressos em SO<sub>2</sub> **13.** Tremoço e produtos à base de tremoço **14.** Moluscos e produtos à base de moluscos