



CENTRO DE EDUCAÇÃO INTEGRAL

semana de 29 de junho a 03 de julho de 2020

	REFEIÇÃO			SUPLEMENTOS	
	SOPA	PRATO	SOBREMESA	MANHÃ	TARDE
SEGUNDA	Sopa de legumes	Massa à bolonesa c / salada (1,3,7,14)	Fruta	Fruta	pão c / queijo (1,7,8,12) leite c / cevada (1,8)
TERÇA	Canja (1,3) ou Sopa de legumes	Douradinhos c/ arroz e feijão fradinho e c / salada (1,3,4,14)	Fruta	Banana e bolachas de água e sal (1,3,7,8,12)	pão c / manteiga (1,7,8,12) Leite c / chocolate (8)
QUARTA	Sopa de legumes	Arroz alegre com salada e legumes (7,14)	Fruta	Pão de leite (1,3,8) ou Fruta	pão c / manteiga (1,7,8,12) sumo
QUINTA	Sopa de legumes	Empadão de atum c / salada (4,8,14)	Fruta	Fruta	Pão c / manteiga (1,7,8,12) Leite c / chocolate (8)
SEXTA	Caldo verde Ou Sopa de legumes	Coxinhas de frango c/ arroz e salada (14)	Fruta	Fruta	iogurte (8) e Pão de leite (1,3,8)

NOTAS:

A ementa poderá sofrer alterações à sua programação por ocorrência de factores externos (Recursos Humanos, Gestão de Stocks, incapacidades de equipamentos e/ou estruturais. Diariamente os legumes são variados tanto ao nível da sopa como de acompanhamentos de acordo com a época e as suas existências

ALERGÉNICOS/ INTOLERANTES: em cada prato são mencionados através da numeração correspondente ao pictograma ilustrado os alérgenos implícitos no alimento. É ainda de extrema importância serem considerados os riscos da contaminação cruzada, podendo proporcionar transferências involuntárias de risco nas manipulações.

ALERTA: CASO SEJAM ALÉRGICOS E/OU INTOLERANTES A ALGUM DOS INGREDIENTES DEVERÃO PARTICIPAR/ COMUNICAR ANTECIPADAMENTE AO DEPARTAMENTO RESPONSÁVEL SOBRE O ASSUNTO.

