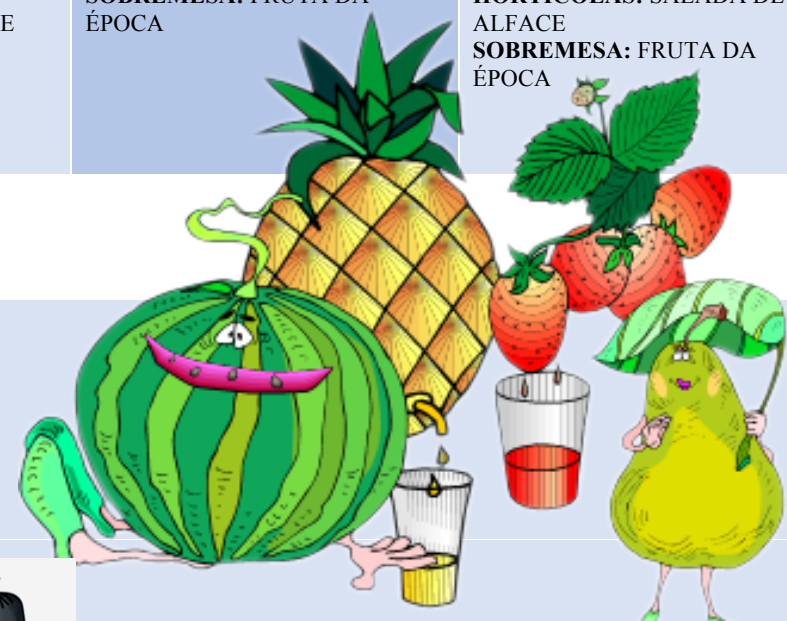




17 A 21 JANEIRO | 1.º CICLO

2021/2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	SOPA: SOPA DE CENOURA E COUVE PORTUGUESA PRATO: ALMÔNDEGAS EM MOLHO DE TOMATE E CENOURA COM ESPARGUETE ^{1,3} HORTÍCOLAS: SALADA DE TOMATE SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	SOPA: SOPA DE REPOLHO PRATO: FILETES DE PESCADA PANADOS COM ARROZ DE TOMATE E FEIJÃO ^{1,2,3,7,14} HORTÍCOLAS: FEIJÃO-VERDE SOBREMESA: GELATINA ^{1,3,7}	SOPA: CREME DE ALHO-FRANCÊS E FEIJÃO PRATO: CUBINHOS DE CARNE ESTUFADOS COM BATATA ALOURADA HORTÍCOLAS: JULIANA DE ALFACE E COUVE-ROXA SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	SOPA: SOPA DE TRONCHUDA PRATO: BACALHAU À BRÁS ^{1,3} HORTÍCOLAS: SALADA DE BRÓCOLOS COM ALHO SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	SOPA: CREME DE ESPINAFRES E CENOURA PRATO: ARROZ DE FRANGO NO FORNO HORTÍCOLAS: SALADA DE ALFACE SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA



NOTAS

A EMENTA PODERÁ SER ALTERADA POR MOTIVOS IMPREVISTOS.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

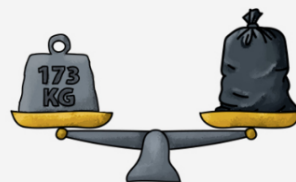
1. Glúten;
2. Crustáceos/Marisco;
3. Ovos;
4. Peixe e produtos à base de peixe;
5. Amendoins;
6. Soja;
7. Leite/Lactose;
8. Frutos de Casca Rija;
9. Aipo;
10. Mostarda;
11. Sementes de sésamo;
12. Dióxido de Enxofre e Sulfitos;
13. Tremoços;
14. Moluscos

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



VAMOS EVITAR O DESPERDÍCIO ALIMENTAR

87,6 milhões de toneladas de alimentos perdidos e desperdiçados na UE todos os anos



173 kg por pessoa

<https://www.consilium.europa.eu/pt/infographics/food-loss-and-food-waste/>