



Centro Social de Aguiar - Barcelos

Ementa

	<u>Sopa</u>	<u>Prato</u>	<u>Sobremesa</u>	<u>Alergénios*</u>
Segunda-feira 10/01/2022	Creme de legumes.	Massa à bolonhesa. Salada de alface.	Fruta da época	1
Terça-feira 11/01/2022	Sopa de repolho	Barrinhas no forno com arroz de ervilhas. Salada de tomate.	Fruta da época	4
Quarta-feira 12/01/2022	Creme de abóbora	Frango estufado com massa espiral. Salada de couve roxa.	Fruta da época	1
Quinta-feira 13/01/2022	Sopa de feijão vermelho	Bacalhau à Gomes de Sá. Salada de alface	Fruta da época	4
Sexta-feira 14/01/2022	Creme de legumes	Pá de porco assada com arroz. Salada de cenoura e milho.	Fruta da época	

*Alergénios – Consultar Tabela anexo 99 do Regulamento nº1169/2011 de 25 de Outubro

Bom Apetite!



Centro Social de Aguiar - Barcelos

Ementa

	<u>Sopa</u>	<u>Prato</u>	<u>Sobremesa</u>	<u>Alergénios*</u>
Segunda-feira 17/01/2022	Creme de cenoura.	Almôndegas com arroz. Salada de alface	Fruta da época	1
Terça-feira 18/01/2022	Sopa de feijão branco	Red fish assado com batatas. Macedónia de legumes.	Fruta da época	4
Quarta-feira 19/01/2022	Creme de legumes	Peru assado com massa cotovelinhos. Salada de tomate.	Fruta da época	1
Quinta-feira 20/01/2022	Sopa de penca	Feijão-frade com atum e ovos. Salada de alface	Fruta da época	3,4
Sexta-feira 21/01/2022	Creme de abóbora	Rojões com arroz de cenoura. Salada de cenoura e milho	Fruta da época	

**Alergénios – Consultar Tabela anexo 11 do Regulamento n.º1169/2011 de 25 de Outubro*

Bom Apetite!



Centro Social de Aguiar - Barcelos

Ementa

	<u>Sopa</u>	<u>Prato</u>	<u>Sobremesa</u>	<u>Alergénios*</u>
Segunda-feira 24/01/2022	Creme de legumes.	Massa à lavrador (Acompanha com couve branca, grão e cenoura)	Fruta da época	1, 12
Terça-feira 25/01/2022	Sopa de repolho	Pescada cozida com batatas e legumes (feijão verde e cenoura baby)	Fruta da época	4
Quarta-feira 26/01/2022	Creme de abóbora	Bifinhos de frango com cogumelos e massa cotovelinhos. Salada de cenoura raspada.	Fruta da época	1, 12
Quinta-feira 27/01/2022	Sopa de feijão vermelho	Pataniscas com arroz de feijão. Salada de alface	Fruta da época	3,4
Sexta-feira 28/01/2022	Creme de cenoura	Costeletas de cebolada com arroz. Salada de tomate.	Fruta da época	

**Alergénios – Consultar Tabela anexo 19 do Regulamento n.º1169/2011 de 25 de Outubro*

Bom Apetite!



Centro Social de Aguiar - Barcelos

Ementa

	<u>Sopa</u>	<u>Prato</u>	<u>Sobremesa</u>	<u>Alergénios</u>
Segunda-feira 31/01/2022	Sopa de brócolos.	Bifanas com arroz. Salada de alface.	Fruta da época	1

**Alergénios – Consultar Tabela anexo 99 do Regulamento nº1169/2011 de 25 de Outubro*

Bom Apetite!