

# EMENTA SEMANAL

Semana de 4 a 8 Dezembro 2023

Pré-escolar

Segunda-feira	Sopa	Sopa de couve lombarda
	Prato	EcoMonday   Omelete no forno de queijo e tomate com arroz de cenoura
	Hortícolas	Salada Grega (tomate, pepino, pimento verde, alcaparras, cebola, azeitona, queijo feta, oregãos, azeite)
	Sobremesa	Fruta variada da época
Terça-Feira	Sopa	Sopa de brócolos
	Prato	Coxinhas de frango estufadas com ervilhas, cenoura e penne
	Hortícolas	Salada de couve roxa, canónigos, melão, alface, tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta variada da época
Quarta-feira	Sopa	Creme de couve-flor
	Prato	Jardineira do Mar (pota, tamboril, pescada)
	Hortícolas	Salada de beterraba, alface, pepino e cenoura raspada e croutons caseiros
	Sobremesa	Fruta variada da época ou Gelatina
Quinta-feira	Sopa	Sopa de penca com feijão vermelho
	Prato	Lombo assado com puré de maça, batata assada e ratatoullie de legumes
	Hortícolas	Salada ibérica (alface roxa, alface verde, rúcula, pepino, manjerição fresco, azeite e vinagre balsâmico)
	Sobremesa	Fruta variada da época
Sexta-feira	Sopa	
	Prato	O Colégio Novo da Maia e Eurest desejam a todos um bom feriado!
	Hortícolas	
	Sobremesa	

Ementa elaborada pela Nutricionista do CNM: Patrícia Martins (CP 115)



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL  
COLÉGIO NOVO  
DA MAIA



Alergénios, informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa  
Allergens: Please get more information with our staff. Cross contaminations in the restaurant can not be excluded | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

Eurest **FOOD** with **PURPOSE**