



## Alteração à Ementa do dia

Entidade: Grupo Desportivo Sobreirense

Data: 28-03-2025 – Sexta-feira

### EMENTA DEFINIDA

Ementa	Semana 4
Sopa	Creme de couve flor e cenoura
Prato	Peixe no forno (perca) com alho e ervas aromáticas acompanhados com batatinha cozida e salada de alface, couve roxa e tomate <sup>4</sup>
Vegetariano	Tofu assado aromatizado com nozes com batata cozida e salada de alface, couve roxa e tomate <sup>6</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### ALTERAÇÃO EFETUADA

Ementa	Semana 4
Sopa	Canja com letrinhas (glúten e ovo)
Prato	Carne picada estufada com couscous e salada mista com alface, milho, tomate e pepino (sulfitos, glúten, ovo)
Dieta ligeira/Prato religioso	Bife de frango grelhado com couscous e salada mista com alface, milho, tomate e pepino (sulfitos, glúten, ovo)
Vegetariano	Soja fina estufada com couscous e salada mista com alface, milho, tomate e pepino (soja, glúten, ovo, sulfitos)
Sobremesa	Gelatina de morango com leite ou Fruta da época (sulfitos, leite)

### MOTIVO:

Alteração do prato do dia (pelos alunos da EB1 da Maceira), no âmbito do projeto da autarquia "Tu escolhes o almoço".

Data: 19-02-2025

Responsável: Sheila Fernandes Antunes (Sheila Fernandes Antunes)

### Observações:

- Alterações efetuadas à ementa, podem significar alterações nos alérgenos presentes e mencionados nas Fichas Técnicas dos pratos. Em caso de alguma alergia/intolerância alimentar (**Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremoço ou Moluscos**), contacte o responsável pela alteração e solicite a consulta da ficha técnica e/ou o rótulo do produto utilizado. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas.
- Alterações efetuadas à ementa, também podem significar pequenas alterações na Declaração Nutricional por 100g presentes nas Fichas Técnicas.
- Os **legumes/carne/pescado/accompanhamentos/sobremesas** podem ser alterados, mediante a disponibilidade no mercado.