


EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 1 - de 08 a 12 de abril

 Segunda-feira 08 de abril	Sopa	Couve coração
	Prato Geral	Filetes de pescada panados com arroz de cenoura
	Vegetariano	Bolinhas de <i>falafel</i> (de grão-de-bico) com arroz de cenoura
	Salada	Alface e pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Terça-feira 09 de abril	Sopa	Nabiça
	Prato Geral	Frango (pernas) assado no forno com massa macarronete cozida
	Vegetariano	Massa macarronete colorida (com ervilhas, abóbora e brócolos)
	Salada	Pepino, tomate e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quarta-feira 10 de abril	Sopa	Creme de brócolos e nabo
	Prato Geral	Feijoada (com feijão-branco) de choco (tiras) com arroz branco
	Vegetariano	Feijoada (com feijão-branco) de legumes (cenoura e rebentos de soja) com arroz branco
	Salada	Beterraba, alface e rúcula
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quinta-feira 11 de abril	Sopa	Agrião e curgete
	Prato Geral	Pá de porco estufada com batata corada e feijão-verde cozidos
	Vegetariano	Lentilhas no tacho (com abóbora e feijão-verde) estufadas e batata corada
	Salada	Pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Sexta-feira 12 de abril	Sopa	Puré de alho-francês e fava
	Prato Geral	Massa de atum (de conserva com massa espiral, cenoura ralada e azeitonas)
	Vegetariano	Massa de tofu (com massa espiral, cenoura ralada e azeitonas)
	Salada	Alface e beterraba
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios:

1. Cereais com contém glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos; 4. Peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.


A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____

EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 2 - de 15 a 19 de abril

 Segunda-feira 15 de abril	Sopa	Espinafres e cenoura
	Prato Geral	Rancho (com carne de porco, grão-de-bico, cenoura, couve branca e massa macarrão)
	Vegetariano	Rancho e legumes (com grão-de-bico, cenoura, couve branca e massa macarrão)
	Salada	Tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Terça-feira 16 de abril	Sopa	Primavera (ervilhas e cenoura)
	Prato Geral	Lombos de pescada (com crosta de pão ralado, alho, orégãos e azeite) com batata estufada
	Vegetariano	Naco de soja (com crosta de pão ralado, alho, orégãos e azeite) com batata estufada
	Salada	Pepino, alface e couve-roxa
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quarta-feira 17 de abril	Sopa	Feijão-verde e abóbora
	Prato Geral	Bolonhesa de peru com massa esparguete cozida
	Vegetariano	Bolonhesa de ervilhas (com cenoura e curgete) com massa esparguete cozida
	Salada	Milho, tomate e beterraba
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quinta-feira 18 de abril	Sopa	Feijão-encarnado e couve galega
	Prato Geral	Abrótea no forno com batata e cenoura cozida
	Vegetariano	Almondegas vegetarianas com batata e cenoura cozida
	Salada	Pepino e alface
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) / Gelatina
Sexta-feira 19 de abril	Sopa	Puré de batata-doce e curgete
	Prato Geral	Bife de frango de cebolada com arroz de legumes (pimento e alho-francês)
	Vegetariano	Lentilhas de cebolada com feijão-verde e arroz de legumes (pimento e alho-francês)
	Salada	Pepino e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios:

1. Cereais com contém glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos; 4. Peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.


A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____

EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 3 - de 22 a 26 de abril

 Segunda-feira 22 de abril	Sopa	Nabiça e nabo
	Prato Geral	Lulas à sevilhana (argolas) com arroz de tomate e lentilhas
	Vegetariano	Pastéis de legumes com arroz de tomate e lentilhas
	Salada	Alface, cenoura e rúcula
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Terça-feira 23 de abril	Sopa	Creme de cenoura e couve-flor
	Prato Geral	Costeletas estufadas com batata assada
	Vegetariano	Feijão-frade com legumes (cenoura e alho-francês) e batata assada
	Salada	Pepino, beterraba e milho
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quarta-feira 24 de abril	Sopa	Lavrador (couve portuguesa e feijão-branco)
	Prato Geral	Massa de cavala (de conserva com massa cotovelinho e cubinhos de abóbora em molho de tomate)
	Vegetariano	Massa de seitan (aos cubos com massa cotovelinho e cubinhos de abóbora em molho de tomate)
	Salada	Tomate e alface
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quinta-feira 25 de abril	Sopa	
	Prato Geral	
	Vegetariano	Dia da Liberdade
	Salada	
	Sobremesa	
Sexta-feira 26 de abril	Sopa	Agrião
	Prato Geral	Arroz de peru (aos cubos) colorido (com cenoura e curgete)
	Vegetariano	Arroz de grão-de-bico colorido (com cenoura e curgete)
	Salada	Beterraba e tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos:

1. Cereais com contém glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos; 4. Peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rija;

9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.






A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____

EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 4 - de 29 abril a 03 de maio

 Segunda-feira 29 de abril	Sopa	Couve branca
	Prato Geral	Chili de carne (de porco/vaca com feijão-encarnado, pimento verde e cenoura) com arroz branco
	Vegetariano	Chili de legumes (de curgete com feijão-encarnado, pimento verde e cenoura) com arroz branco
	Salada	Alface e couve-roxa
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Terça-feira 30 de abril	Sopa	Feijão-verde e cenoura
	Prato Geral	Paloco cremoso (com paloco desfiado, batata e natas) e brócolos cozidos
	Vegetariano	Legumes cremosos (grão-de-bico, brócolos, batata e creme de soja)
	Salada	Pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Quarta-feira 01 de maio	Sopa	
	Prato Geral	
	Vegetariano	Dia do Trabalhador
	Salada	
	Sobremesa	
 Quinta-feira 02 de maio	Sopa	Puré de batata-doce e alface
	Prato Geral	Frango grelhado com massa esparguete cozido com cogumelos
	Vegetariano	Salteado de cogumelos com ervilhas e massa esparguete cozida
	Salada	Tomate, cenoura e pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Sexta-feira 03 de maio	Sopa	Grão-de-bico e curgete
	Prato Geral	Pescada de cebolada com batata cozida
	Vegetariano	Assado de soja no forno com batata cozida
	Salada	Milho, alface e beterraba
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos:

1. Cereais com contém glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos; 4. Peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rija;

9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.

A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____

EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 5 - de 06 a 10 de maio

 Segunda-feira 06 de maio	Sopa	Lentilhas e cenoura
	Prato Geral	Pastéis de bacalhau com arroz de tomate
	Vegetariano	Crepe de legumes com arroz de tomate
	Salada	Alface, beterraba e pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Terça-feira 07 de maio	Sopa	Espinafres
	Prato Geral	Jardineira de carne (com cubos e carne de porco, cenoura, feijão-verde, ervilhas e batatas)
	Vegetariano	Jardineira de legumes (com cenoura, feijão-verde, ervilhas e batatas)
	Salada	Tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quarta-feira 08 de maio	Sopa	Creme de abóbora e brócolos
	Prato Geral	Massa de salmão (lascado com ovo, massa macarronete e milho em molho de tomate) no forno
	Vegetariano	Massa de feijão-frade (com massa espiral, alho-francês e milho em molho de tomate) no forno
	Salada	Cenoura e alface
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quinta-feira 09 de maio	Sopa	Caldo verde (com couve galega, sem enchidos)
	Prato Geral	Espetada de peru grelhada com arroz de açafrão
	Vegetariano	Estufado de lentilhas com legumes (abóbora e couve-flor) e arroz de açafrão
	Salada	Pepino, tomate e rúcula
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Sexta-feira 10 de maio	Sopa	Feijão-frade e nabiça
	Prato Geral	Medalhões de pescada no forno (com pimento verde) com batata corada
	Vegetariano	Tofu no forno (com pimento verde) com batata corada
	Salada	Alface, tomate e beterraba
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios:

1. Cereais com contém glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos; 4. Peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.


A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____

EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 6 - de 13 a 17 de maio

 Segunda-feira 13 de maio	Sopa	Juliana
	Prato Geral	Hambúrguer (de porco) no forno com arroz de feijão manteiga
	Vegetariano	Hambúrguer vegetariano no forno com arroz de feijão manteiga
	Salada	Beterraba, alface e pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Terça-feira 14 de maio	Sopa	Puré de batata-doce e ervilhas
	Prato Geral	Perca no forno com batata e cenoura cozida
	Vegetariano	Caldeirada de soja (em cubos) com batata e cenoura cozida
	Salada	Pepino e tomate
Quarta-feira 15 de maio	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) / Pudim
	Sopa	Agrião e cenoura
	Prato Geral	Bife de peru grelhado com massa macarrão cozida
	Vegetariano	Beringela recheada (com beringela, abóbora e grão-de-bico) no forno com massa macarrão cozida
Quinta-feira 16 de maio	Salada	Alface, beterraba e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
	Sopa	Creme alho-francês e abóbora
	Prato Geral	Arroz de pota
Sexta-feira 17 de maio	Vegetariano	Arroz vegetariana (ervilhas e alho-francês)
	Salada	Alface, pepino e milho
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
	Sopa	Feijão-verde e curgete
	Prato Geral	Frango (aos cubos) em molho de tomate com massa espiral cozida
	Vegetariano	Feijão preto com legumes (cenoura e couve-flor) em molho de tomate e massa esparguete cozida
	Salada	Tomate, couve-roxa e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios:

1. Cereais com contém glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos; 4. Peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rija;

9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.






A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____

EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 7 - de 20 a 24 de maio

 Segunda-feira 20 de maio	Sopa	Cenoura
	Prato Geral	Empadão de atum (de conserva com cenoura e ervilhas) e arroz crocante (pincelado com ovo)
	Vegetariano	Empadão de ervilhas (com cenoura e alho-francês) e arroz crocante (pincelado com azeite)
	Salada	Alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Terça-feira 21 de maio	Sopa	Nabiça e curgete
	Prato Geral	Cubos de carne (porco) com pickles (couve-flor, cenoura, pepino), batata frita e salsa
	Vegetariano	Estufado de feijão encarnado com pickles (couve-flor, cenoura, pepino), batata frita e salsa
	Salada	Beterraba e alface
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Quarta-feira 22 de maio	Sopa	Cenoura e feijão-encarnado
	Prato Geral	Pescada com molho de tomate e arroz malandrinho
	Vegetariano	Bifes de tofu com molho de tomate e arroz malandrinho
	Salada	Rúcula, pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Quinta-feira 23 de maio	Sopa	Creme de couve-flor
	Prato Geral	Frango em tiras estufado com massa macarronete cozida (com cenoura)
	Vegetariano	Guisado vegetariano (com lentilhas, massa macarronete, cenoura e curgete)
	Salada	Tomate e milho
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Sexta-feira 24 de maio	Sopa	Espinafre e abóbora
	Prato Geral	Solha grelhada com batata cozida (com azeite e salsa)
	Vegetariano	Grão-de-bico com rebentos de soja e tomate, batata cozida (com azeite e salsa)
	Salada	Alface, pepino e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos:

1. Cereais com contêm glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos; 4. Peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.

A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____

EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 8 - de 27 a 31 de maio

 Segunda-feira 27 de maio	Sopa	Agrião e abóbora
	Prato Geral	<i>Strogonoff</i> de peru (tiras de peru com cogumelos e natas), massa esparguete cozido
	Vegetariano	<i>Strogonoff</i> vegetariano (de feijão-frade com cogumelos e creme soja), massa esparguete cozido
	Salada	Alface, couve-roxa e pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Terça-feira 28 de maio	Sopa	Grão-de-bico e agrião
	Prato Geral	Abrótea assada no forno com batata corada
	Vegetariano	Seitan assada no forno com batata corada
	Salada	Cenoura, tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quarta-feira 29 de maio	Sopa	Feijão-verde
	Prato Geral	Rolo de carne (vaca e porco) com molho no mesmo no forno com arroz de ervilhas
	Vegetariano	Estufado de ervilhas (com feijão-verde) no tacho e arroz
	Salada	Tomate, alface e milho
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quinta-feira 30 de maio	Sopa	
	Prato Geral	
	Vegetariano	Corpo de Deus
	Salada	
	Sobremesa	
Sexta-feira 31 de maio	Sopa	Puré de batata-doce e brócolos
	Prato Geral	Massada (com cotovelinho) de tamboril (aos cubos)
	Vegetariano	Massada (com cotovelinho) de grão-de-bico (com cenoura e alho-francês)
	Salada	Pepino, cenoura e beterraba
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios:

1. Cereais com contém glúten;
2. Crustáceos;
3. Ovos;
4. Peixe;
5. Amendoins;
6. Soja;
7. Leite;
8. Frutos de casca rija;
9. Aipo;
10. Mostarda;
11. Sementes de sésamo;
12. Dióxido de enxofre e sulfitos;
13. Tremeços;
14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.






A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____

EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 9' - de 03 a 07 de junho

 Segunda-feira 03 de junho	Sopa	Cenoura e ervilhas
	Prato Geral	Lombos de pescada no forno (com alho e coentros) com arroz branco
	Vegetariano	Fatias de soja no forno (com alho e coentros) com arroz branco
	Salada	Pepino, rúcula e tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Terça-feira 04 de junho	Sopa	Nabiça
	Prato Geral	Febras estufadas com massa macarronete cozida e feijão-verde cozido
	Vegetariano	Massa macarronete colorida (com feijão-manteiga, abóbora e feijão-verde)
	Salada	Tomate e alface
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Quarta-feira 05 de junho	Sopa	Espinafre e lentilhas
	Prato Geral	Paloco à brás (paloco desfiado, ovo, batata palha e salsa)
	Vegetariano	Legumes à brás (alho-francês e cenoura, creme de soja, batata palha e salsa)
	Salada	Alface, pepino e beterraba
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Quinta-feira 06 de junho	Sopa	Couve branca
	Prato Geral	Frango (pernas) assado no forno com arroz de cenoura e grão-de-bico
	Vegetariano	Grão-de-bico estufado com legumes (cenoura e curgete) e arroz
	Salada	Pepino, beterraba e tomate
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
 Sexta-feira 07 de junho	Sopa	Puré de abóbora e couve-flor
	Prato Geral	Massa de cavala (de conserva com massa espiral e milho) à bolonhesa
	Vegetariano	Massa de lentilhas (com massa espiral e milho em molho de tomate) à bolonhesa
	Salada	Alface e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios:

1. Cereais com contém glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos; 4. Peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rija;
9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.


A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____

EMENTA ESCOLAR

2.º/3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário - Agrupamento Júlio Dantas

Semana 10' - de 10 a 14 de junho

 Segunda-feira 10 de junho	Sopa	
	Prato Geral	
	Vegetariano	Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas
	Salada	
	Sobremesa	
Terça-feira 11 de junho	Sopa	Feijão-verde (com fava na base)
	Prato Geral	Almondegas (de porco/vaca) com massa esparguete cozida
	Vegetariano	Almondegas vegetarianas com massa esparguete cozida
	Salada	Beterraba, alface e pepino
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Quarta-feira 12 de junho	Sopa	Creme de batata-doce e alface
	Prato Geral	Medalhões de pescada no forno com batata e cenoura cozida
	Vegetariano	Salada de feijão-frade (com pimento verde, cenoura, cebola e salsa) com batata cozida
	Salada	Tomate e beterraba
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) / Gelatina
Quinta-feira 13 de junho	Sopa	Caldo verde (com couve galega, sem enchidos)
	Prato Geral	Perna de peru no forno com arroz de feijão-encarnado
	Vegetariano	Estufado de legumes (feijão-encarnado, cenoura e curgete) com arroz
	Salada	Alface, pepino e couve roxa
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)
Sexta-feira 14 de junho	Sopa	Grão-de-bico e agrião
	Prato Geral	Pizza variada
	Vegetariano	Pizza vegetariana
	Salada	Tomate, beterraba e alface
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)

A refeição é acompanhada por pão de mistura e água. A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios:

1. Cereais com contém glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos; 4. Peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos.

Informe previamente a escola no caso de ser alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias.

A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Verificado e Aprovado: _____; ____/____/____