

Semana de 16 e 20 janeiro de 2023

DIA	PRATO	EMENTA	ALERGÊNEOS	Kcal
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de legumes		174
	<i>Prato</i>	Rissois de camarão com arroz de cenoura e salada	Ovo, Gluten, Leite, Peixe	673
	<i>Dieta</i>	Pescada cozida com batata e legumes		489
	<i>Veget.</i>	Esparguete de lentilhas, feijão verde e salada		119
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época		60
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glüten	121
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Lombardo		225
	<i>Prato</i>	Chilli com arroz branco e bróculos cozidos	Sulfitos, Soja	944
	<i>Dieta</i>	Carne picada simples c/ arroz branco e bróculos cozidos	Sulfitos, Soja	562
	<i>Veget.</i>	Feijoada de legumes com arroz e salada		625
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época	Leite	60
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glüten	121
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de cenoura com espinafres		284
	<i>Prato</i>	Filetes de peixe escamudo no forno com batata e salada	Peixe	654
	<i>Dieta</i>	Filetes de peixe escamudo grelhado com batata e salada	Peixe	654
	<i>Veget.</i>	Massinha de favas com cogumelos e salada		374
	<i>Sobremesa</i>	logurte	leite	120
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glüten	121
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Legumes		174
	<i>Prato</i>	Carne porco no forno com arroz e legumes cozidos		658
	<i>Dieta</i>	Peru estufado com arroz e salada		745
	<i>Veget.</i>	Arroz de lentilhas com ervilhas e salada		249
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época		60
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glüten	121
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de brócolos		229
	<i>Prato</i>	Peixe assado no forno com batata corada e legumes cozidos	Peixe	675
	<i>Dieta</i>	Peixe assado simples com batata e legumes cozidos	Peixe	648
	<i>Veget.</i>	Estufado de legumes com cogumelos e salada		486
	<i>Sobremesa</i>	Pudim	Leite	198
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glüten	121

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergêneos: 1- Cereais que 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. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

As dietas terão que ser marcadas com antecedência (até às 15 horas do dia anterior)

A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos