

DIA	PRATO	EMENTA	ALERGÉNEOS	Kcal
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de ervilhas		230
	<i>Prato</i>	Frango à brás e salada	Ovo, Gluten	785
	<i>Dieta</i>	Frango estufado simples com arroz e salada		654
	<i>Veget.</i>	Feijoada de cogumelos com arroz branco e salada		538
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época		60
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glúten	121
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de cenoura com espinafres		284
	<i>Prato</i>	Ervilhas com ovos escalfados arroz e salada		487
	<i>Dieta</i>	Ervilhas estufadas simples com ovos escalfados arroz e salada		462
	<i>Veget.</i>	Ervilhas com ovos escalfados arroz e salada		347
	<i>Sobremesa</i>	Pudim	Leite	198
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glúten	121
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Canja	Gluten	156
	<i>Prato</i>	Bifinhos de porco com cogumelos e arroz manteiga	Gluten, Leite, Sulfitos	854
	<i>Dieta</i>	Bifinhos de porco estufados simples c/ arroz manteiga		746
	<i>Veget.</i>	Bolonhesa (massa) de lentilhas com legumes e salada		859
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época	Leite	60
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glúten	121
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Juliana		232
	<i>Prato</i>	Pescada à gomes de sá e salada	Peixe, ovo	659
	<i>Dieta</i>	Pescada estufada com batatinha corada e salada	Peixe	606
	<i>Veget.</i>	Chill vegetariano com arroz e brócolos		359
	<i>Sobremesa</i>	logurte	Leite	120
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glúten	121
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>			
	<i>Prato</i>			
	<i>Dieta</i>	Fechado		
	<i>Veget.</i>			
	<i>Sobremesa</i>			
	<i>Pão</i>			

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 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- Tremoços, 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**