

Semana de 1 a 5 julho de 2024

DIA	PRATO	EMENTA	ALERGÉNEOS	Kcal
2ª FEIRA	Sopa	Caldo verde	Gluten, sulfitos, soja	218
	Prato	Lasanha de atum com salada mista	Peixe, gluten, leite, ovo	784
	Dieta	Pescada cozida com batata, cenoura cozida e feijão verde	Peixe	618
	Veget.	Rissois de legumes c/ batata, cenoura, feijão frade e tomate	Guten, soja, sulfitos, ovo	762
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Gluten	121
3ª FEIRA	Sopa	Creme de abobora		162
	Prato	Carne porco no forno c/ arroz e legumes cozidos		894
	Dieta	Peru estufado com arroz e legumes cozidos		843
	Veget.	Arroz de lentilhas com ervilhas e salada tomate		684
	Sobremesa	Mousse de chocolate	leite	348
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
4ª FEIRA	Sopa	Legumes		174
	Prato	Saladinha de grão com bacalhau (batata, cenoura e brócolos)	Peixe	683
	Dieta	Filetes salmão estufado c/ batata, brócolos e cenoura	Peixe	621
	Veget.	Crepes de legumes com batata e salada mista	Gluten, soja, Leite	488
	Sobremesa	Pudim	Leite	140
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
5ª FEIRA	Sopa	Feijão verde		166
	Prato	Croquetes com arroz de cenoura e salada mista	Glúten, soja, sulfitos, Ovo	753
	Dieta	Perna de frango com arroz de cenoura e salada Mista		612
	Veget.	Ratatoille estufado com cogumelos, arroz e salada mista	Sulfitos	621
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
6ª FEIRA	Sopa	Creme de ervilhas		207
	Prato	Abrotea no forno com batata cozida e brócolos		624
	Dieta	Abrotea no forno simples com batata cozida e brócolos		612
	Veget.	Ratatoille estufado com cogumelos, arroz e salada mista	Sulfitos	621
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121

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- 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.

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

A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos