

**Semana de 16 a 20 setembro de 2024**

DIA	PRATO	EMENTA	ALERGÉNEOS	VCT
2ª FEIRA	Sopa	Feijão Verde		166
	Prato	Almondegas estufadas com massa e legumes salteados	Glúten, soja, Sulfitos	784
	Dieta	Almondegas estufadas simples com massa e legumes salteados	Glúten, soja, Sulfitos	727
	Veget.	Lasanha de legumes e salada mista	<b>Glúten, ovo, Leite</b>	613
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
3ª FEIRA	Sopa	Lombardo		152
	Prato	Massada de peixe desfiado ( pescada)	<b>Peixe, Gluten</b>	490
	Dieta	Peixe cozido com batata e feijão verde cozido	<b>Peixe</b>	468
	Veget.	Massinha de favas com cogumelos e salada miata	Glúten, Sulfitos	594
	Sobremesa	logurte	<b>leite</b>	89
	Pão	Bola de mistura	<b>Glúten</b>	121
4ª FEIRA	Sopa	Vegetais	Aipo	170
	Prato	Peru estufado com massa espiral e salada mista	<b>Glúten</b>	888
	Dieta	Peru estufado simples com massa espiral e salada mista	<b>Glúten</b>	752
	Veget.	Fava Guisadas c/ massa espiral cenoura e salada mista	<b>Glúten</b>	586
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	<b>Glúten</b>	121
5ª FEIRA	Sopa	Feijão verde		166
	Prato	Saladinha de grão com bacalhau (batata, cenoura e brocolos)	<b>Peixe</b>	683
	Dieta	Filetes pescada estufado c/ batata, brócolos e cenoura	<b>Peixe</b>	621
	Veget.	Crepes de legumes com batata e salada mista	Gluten, soja, Leite	488
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	<b>Glúten</b>	121
6ª FEIRA	Sopa	Caldo Verde	<b>Gluten, sulfitos, soja</b>	218
	Prato	Jardineira de frango		673
	Dieta	Frango cozido com arroz e dalada mista		758
	Veget	Grão, cogumelos, batata, courgette e salada	<b>Sulfitos</b>	724
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	<b>Glúten</b>	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- 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.

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

**A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos**