

*Semana de 30 setembro a 04 outubro de 2024*

DIA	PRATO	EMENTA	ALERGÉNEOS	VCT
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Alho francês		170
	<i>Prato</i>	<b>Rolo de carne</b> com arroz de legumes	Glúten, Soja, Sufitos	808
	<i>Dieta</i>	<b>Rolo de carne</b> estufado simples com arroz de legumes	Glúten, Soja, Sufitos	758
	<i>Veget.</i>	<b>Empadão de soja (batata)</b> e couve flôr cozida	Soja, leite	358
	<i>Sobremesa</i>	Gelado	Leite	148
	<i>Pão</i>	<b>Bola de mistura</b>	Glúten	121
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	<b>Canja</b>	Gluten	155
	<i>Prato</i>	Filetes pescada no forno c/ batata cozida alface e tomate	<b>Peixe</b>	758
	<i>Dieta</i>	Filetes pescada grelhados c/ batata cozida alface e tomate	<b>Peixe</b>	648
	<i>Veget.</i>	<b>Hamburguer vegetarianos</b> com arroz, cenoura ralada e alface	Gluten, soja	828
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época		98
	<i>Pão</i>	<b>Bola de mistura</b>	Glúten	121
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Lombardo		171
	<i>Prato</i>	Peito frango frito com arroz, cenoura ralada e alface		706
	<i>Dieta</i>	Peito frango grelhado com arroz cenoura ralada e alface		695
	<i>Veget.</i>	<b>Crepes</b> de legumes com salada russa	Gluten, soja, Leite	488
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época		98
	<i>Pão</i>	<b>Bola de mistura</b>	Glúten	121
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Legumes		174
	<i>Prato</i>	Salada camponesa com <b>cavala couve flôr cozida</b>	Peixe	480
	<i>Dieta</i>	<b>Pescada</b> estufada com batata e couve flôr cozida	Peixe	622
	<i>Veget.</i>	Bolonhesa de <b>soja</b> , e legumes	soja	572
	<i>Sobremesa</i>	Gelatina		115
	<i>Pão</i>	<b>Bola de mistura</b>	Glúten	121
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de brócolos		172
	<i>Prato</i>	Peru no forno c/ <b>esparguete</b> e salada tomate e pepino	<b>Gluten</b>	854
	<i>Dieta</i>	Peru no forno simples c/ <b>esparguete</b> e salada tomate e pepino	<b>Gluten</b>	747
	<i>Veget.</i>	Estufado de legumes com lentilhas, massa e salada	Glúten	980
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época		98
	<i>Pão</i>	Bola de mistura	Glúten	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**