

Semana de 21 a 25 outubro de 2024

DIA	PRATO	EMENTA	ALERGÉNEOS	Kcal
2ª FEIRA	Sopa	Creme de ervilhas		207
	Prato	Filetes salmão c/ arroz branco e legumes salteados	Peixe	682
	Dieta	Filetes salmão simples c/ arroz branco e legumes cozidos	Peixe	621
	Veget.	Esparguete à bolonhesa de soja e salada mista	Glúten, Soja	542
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
3ª FEIRA	Sopa	Creme de cenoura com espinafres		169
	Prato	Peru estufado c/ espiral e salada	Glúten	888
	Dieta	Peru estufado simples c/ espiral e salada	Glúten	752
	Veget.	Couve estufada com lentilhas, arroz e salada		865
	Sobremesa	Pudim	leite	140
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
4ª FEIRA	Sopa	Vegetais	Aipo	170
	Prato	Pescada à gomes de sá e legumes cozidos	Peixe, ovo	621
	Dieta	Pescada estufada com batatinha e legumes cozidos	Peixe	712
	Veget.	Favas guisadas c/ massa espiral cenoura e salada	Glúten	586
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
5ª FEIRA	Sopa	Juliana		171
	Prato	Empadão de alheira (batata) com salada mista	Sulfitos, Glúten, soja	846
	Dieta	Hamburguer grelhado com esparguete e salada mista	Sulfitos, Glúten, soja	670
	Veget.	Empadão de soja com legumes e salada mista	Soja	638
	Sobremesa	Gelado	Leite	148
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
6ª FEIRA	Sopa	Lombardo		171
	Prato	Lasanha de atum c/ salada alface e tomate	Peixe, Gluten, Leite, ovo	784
	Dieta	Filetes pescada grelhados c/ batata cozida alface e tomate	Peixe, glúten	620
	Veget.	Feijoada de legumes com arroz e salada		858
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergênicos: 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