



ADAPECIL

EMENTA

Semana II



Semana de 02 a 06 fevereiro de 2026

DIA	PRATO	EMENTA	ALERGÉNEOS	Kcal
2ª FEIRA	Sopa	Juliana		171
	Prato	Frango no forno com batata corada e salada		807
	Dieta	Frango grelhado com esparguete e salada	Glúten	712
	Veget.	Feijoada de legumes com soja aos cubos	Sulfitos, soja	496
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
3ª FEIRA	Sopa	Alho-francês		170
	Prato	Arroz de peixe	Peixe	742
	Dieta	Pescada estufada com batatinha e legumes cozidos	Peixe	624
	Veget.	Salteado de grão com cogumelos, cenoura, espiral e salada	Glúten, Soja, Aipo, Mostarda, Sulfitos	496
	Sobremesa	Arroz doce	leite	134
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
4ª FEIRA	Sopa	Alface		167
	Prato	Bife de frango com cogumelos c/ macarronete e salada	Glúten	875
	Dieta	Bife de frango grelhado c/ macarronete e salada mista	Glúten	742
	Veget.	Estufadinho de legumes com cuscus e salada tomate e pepino	Glúten, Soja, Mostarda	766
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
5ª FEIRA	Sopa	Espinafres		232
	Prato	Filetes de salmão com puré de batata e legumes	Gluten, leite	845
	Dieta	Filetes de salmão simples com puré de batata e legumes	Glúten,leite	742
	Veget.	Favas guisadas com batatinha aos cubos e salada	Glúten	766
	Sobremesa	logurte	Leite	89
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
6ª FEIRA	Sopa	Lombardo		152
	Prato	Grelhada mista com arroz à primavera e salada		845
	Dieta	Febras grelhadas com arroz à primavera e salada		736
	Veget.	Tofu estufado com macarronete	Soja, Gluten	407
	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