

Ementa 4

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNEOS	KCAL
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Hortaliça	-	144
	<i>Prato</i>	Filete de maruca no forno com batata corada e brócolos	4	422
	<i>Vegetariano</i>	Salada de batata e feijão-frade, feijão verde, cenoura cozida	-	509
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	76
	<i>Pão</i>	Pão de mistura embalado	1	121
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de cenoura	-	112
	<i>Prato</i>	Hamburguer de aves com esparguete , salada de alface, tomate e beterraba	1,6,12	523
	<i>Vegetariano</i>	Grão estufado com batata, cenoura e salada de alface, pepino e milho	-	595
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) / Pudim caramelo	7	76/170
	<i>Pão</i>	Pão de mistura embalado	1	121
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Espinafres	-	116
	<i>Prato</i>	Pastéis de bacalhau com arroz de tomate e salada de agrião, alface e pimento	3,4,7,12	744
	<i>Vegetariano</i>	Favas estufadas com arroz branco e salada de tomate, pepino e beterraba	-	509
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	76
	<i>Pão</i>	Pão de mistura embalado	1	121
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Canja	1	231
	<i>Prato</i>	Bife de peru estufado com legumes salteados e massa espiral e salada de cenoura ralada, couve roxa e alface	1	495
	<i>Vegetariano</i>	Massa espiral gratinada com feijão encarnado, cenoura e tomate e salada de alface e beterraba	1	415
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	76
	<i>Pão</i>	Pão de mistura embalado	1	121
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Feijão catarino com couve branca	-	135
	<i>Prato</i>	Perca assada no forno com batata , couve-de-bruxelas e cenoura	4	557
	<i>Vegetariano</i>	Feijão branco estufado com tomate e milho, arroz branco, cenoura, curgete e couve-flor cozida	-	646
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) / Pera cozida	-	76/65
	<i>Pão</i>	Pão de mistura embalado	1	121

Nota: 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- 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.**