

EMENTA

Nº 4

Semana de 13 a 17 de Maio de 2024

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNEOS	KCAL
2ª FEIRA	Sopa	Creme de cenoura com couve lombarda	-	85
	Prato	Hambúguer misto estufado/ forno com molho de tomate e esparguete	Glúten, Soja, Sulfitos	284
	Vegetariano	Hambúguer de quinoa com molho de tomate com esparguete	Glúten, Soja	311
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	46
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
3ª FEIRA	Sopa	Abóbora com brócolos	-	85
	Prato	Meia desfeita(bacalhau,grão,batata,cenoura e ovo)	Peixe	251
	Vegetariano	Salada de 3 feijões com batata, cenoura e feijão verde	-	349
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	46
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
4ª FEIRA	Sopa	Alho francês com curgete	-	88
	Prato	Jardineira de Frango (frango, batata, cenoura, ervilhas)	-	746
	Vegetariano	Jardineira de soja (soja, batata, cenoura e ervilhas)	Soja	330
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	46
	Sobremesa	Gelatina ou Fruta da época (3 variedades)	-/-	60/44
5ª FEIRA	Sopa	Feijão branco com espinafres	-	105
	Prato	Pastéis de bacalhau c/ arroz de tomate	Peixe	266
	Vegetariano	Arroz de leguminosas (favas) com legumes (curgete, pimento e alho francês)	-	346
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	46
	Sobremesa	Fruta da época logurte (3 variedades)	-	44
6ª FEIRA	Sopa	Creme de alface com nabo	-	89
	Prato	Feijoada a Alentejana	-	589
	Vegetariano	Feijoada a Alentejana(vegetariana)	Glúten	292
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	29
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	Leite/-	89

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.**