

EMENTA

Nº 6

Semana de 16 a 20 de Dezembro de 2024

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNEOS	KCAL
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Abóbora	-	79
	<i>Prato</i>	Panadinhos de Frango com esparguete	Glúten	410
	<i>Vegetariano</i>	Soja estufada aos cubos com esparguete	Glúten, Soja	335
	<i>Salada</i>	Alface, cenoura e tomate	-	25
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	Leite/-	89/44
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Primavera	-	78
	<i>Prato</i>	Bacalhau com nata	Peixe	389
	<i>Vegetariano</i>	Legumes com nata	Sulfitos	414
	<i>Salada</i>	Alface, cenoura e tomate	-	25
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) ou iogurte	-	44
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de cenoura	-	93
	<i>Prato</i>	Frango estufado c/ espiral	Glúten	214
	<i>Vegetariano</i>	Tofú estufado c/ espiral	Soja, Sulfitos	362
	<i>Salada</i>	Alface, cenoura e tomate	-	25
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	60/44
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de couve	-	104
	<i>Prato</i>	Saladinha de cavala com feijão frade	Ovo, Peixe	327
	<i>Vegetariano</i>	Saladinha com feijão frade	-	431
	<i>Salada</i>	Alface, cenoura e tomate	-	25
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época(3 variedades), pudim	-	44
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Alho francês	-	88
	<i>Prato</i>	Arroz de avês	Soja	487
	<i>Vegetariano</i>	Arroz de Seitan	Glúten	353
	<i>Salada</i>	Alface, cenoura e tomate	-	17
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	44

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.**