

EMENTA

Nº 7

Semana de 23 a 27 de Dezembro de 2024

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNEOS	KCAL
2ª FEIRA	Sopa	Curgete	-	94
	Prato	Bolonhesa de carne	Glúten, Soja	230
	Vegetariano	Bolonhesa de soja com ervilhas e esparguete	Sulfitos	363
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	28
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
3ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes	-	95
	Prato	Tesourinhos no forno com arroz	peixe	445
	Vegetariano	Rissóis veg. no forno com arroz	Glúten, Soja	464
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	28
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) ou iogurte	-	76
4ª FEIRA	Sopa		-	94
	Prato		Peixe, Leite	330
	Vegetariano	FELIZ NATAL	-	372
	Salada		-	28
	Sobremesa		-	44
5ª FEIRA	Sopa	Sopa de couve	-	77
	Prato	Hamburger de aves com massa espiral	Glúten, Soja, Sulfitos	298
	Vegetariano	Hamburger veg. com massa espiral	Sulfitos	381
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	28
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
6ª FEIRA	Sopa	Creme de alface	-	89
	Prato	Mista de salgadinhos com arroz de cenoura	Peixe	278
	Vegetariano	Almôndegas de legumes/ vegetarianas com puré de batata e macedónia	Soja	320
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	62
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	Leite/-	89/44

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.**