

EMENTA

Nº 8

Semana de 10 a 14 de Junho de 2024

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNEOS	KCAL
2º FEIRA	Sopa	FERIADO		
	Prato			
	Vegetariano			
	Salada			
	Sobremesa			
3º FEIRA	Sopa	Cenoura e couve-lombarda	-	96
	Prato	Arroz de atum	Glúten, Peixe	338
	Vegetariano	Salada de feijão com batata, cenoura e feijão verde	-	349
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	19
	Sobremesa	Fruta da época ou iogurte (3 variedades)	Leite/-	156
4º FEIRA	Sopa	Juliana	-	108
	Prato	Rolo de carne com massa tricolor	Glúten	459
	Vegetariano	Rancho vegetariano (grão, cenoura, couve e massa de cotovelos)	Soja	330
	Salada	Alface, couve roxa e tomate	-	19
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
5º FEIRA	Sopa	Abóbora com couve branca	-	87
	Prato	Bacalhau com natas	Peixe	275
	Vegetariano	Arroz de leguminosas (favas) com legumes (curgete, pimento e alho francês)	-	346
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	19
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
6º FEIRA	Sopa	couve	-	78
	Prato	Nugts com arroz de brocolos	Soja	441
	Vegetariano	Rancho vegetariano (grão, cenoura, couve e massa de cotovelos)	Glúten	29
	Salada	Alface, couve roxa e tomate	-	28
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		

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.**