

EMENTA

Nº 9

Semana de 17 a 21 de Junho de 2024

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNEOS	KCAL
2ª FEIRA	Sopa	Curgete com macedónia	-	86
	Prato	Tesourinhos com arroz de cenoura	Glúten, Soja, Sulfitos	278
	Vegetariano	Salteado de legumes (alho francês, curgete, cenoura) com cogumelos e arroz de lentilhas	Glúten Soja	311
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	19
	Sobremesa	Fruta da época, iogurte (3 variedades)	-	44
3ª FEIRA	Sopa	Creme de alface com nabo	-	96
	Prato	Feijoada a Alentejana	Glúten,	338
	Vegetariano	Feijoada a Alentejana(vegetariana)	-	349
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	19
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	Leite/-	156
4ª FEIRA	Sopa	Feijão-verde com cenoura	-	74
	Prato	Empadão de atum (arroz)	Peixe	248
	Vegetariano	Gratinado leguminosas (feijão branco e preto) e legumes (cenoura, alho francês pimento) no forno com	Glúten	399
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	19
	Sobremesa	Gelatina ou Fruta da época (3 variedades)	-	44
5ª FEIRA	Sopa	Creme de feijão-verde	-	87
	Prato	Lombo de porco assado com massa tricolor	Sulfitos	275
	Vegetariano	Feijão preto estufado com curgete e couve-lombarda e arroz de cogumelos	Sulfitos	346
	Salada	Alface, couve roxa e pepino	-	19
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
6ª FEIRA	Sopa	Feijão branco com couve portuguesa	-	112
	Prato	Bacalhau fresco com nata	Peixe	240
	Vegetariano	Feijoada vegetariana (feijão vermelho, cenoura e lombardo) e arroz branco	-	431
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	19
	Sobremesa	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.**