

| DIA      | PRATO       | EMENTA                                                        | Alergénios                  | Energia (kJ) | Energia (kcal) |
|----------|-------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------|----------------|
| 2ª FEIRA | Sopa        | Creme de legumes com massinha                                 | Gluten                      | 395,0        | 95,0           |
|          | Carne       | Lombo de porco assado, massa espiral e salada de tomate       | Gluten                      | 1559,0       | 372,0          |
|          | Peixe       | Caldeirada de peixe, pimento, tomate e batata                 | Peixe                       | 1176,0       | 286,0          |
|          | Vegetariano | Crepes de legumes, arroz, couve roxa e ananás                 | Gluten, Soja                | 1810,0       | 431,0          |
|          | Sobremesa   |                                                               |                             |              |                |
| 3ª FEIRA | Sopa        | Creme de legumes com feijão verde                             |                             | 428,0        | 102,0          |
|          | Carne       | Novilho estufado, arroz de legumes e salada verde             | Gluten                      | 489,0        | 105,0          |
|          | Peixe       | Filete de peixe no forno, puré de batata, maionese e salada   | Peixe, ovo, leite, mostarda | 2165,0       | 516,0          |
|          | Vegetariano | Tortilha de legumes, arroz e salada mista                     | Ovo                         | 1967,0       | 470,0          |
|          | Sobremesa   | Fruta da época                                                |                             | 313,0        | 75,0           |
|          |             | logurte de frutas                                             | Leite                       | 371,0        | 89,0           |
| 4ª FEIRA | Sopa        | Sopa de feijão branco com couve coração                       |                             | 506,0        | 121,0          |
|          | Carne       | Bife de frango grelhado, batata frita e salada                |                             | 981,0        | 234,0          |
|          | Peixe       | Petinga frita, arroz de feijão e salada de tomate com oregãos | Glúten, ovo, peixe          | 1962,0       | 469,0          |
|          | Vegetariano | Empadão de cogumelos e espinafres com queijo gratinado        | Leite, sulfitos             | 2236,0       | 534,0          |
|          | Sobremesa   | Fruta da época                                                |                             | 313,0        | 75,0           |
|          |             | logurte de frutas                                             | Leite                       | 371,0        | 89,0           |
| 5ª FEIRA | Sopa        |                                                               |                             |              |                |
|          | Carne       |                                                               |                             |              |                |
|          | Peixe       |                                                               |                             |              |                |
|          | Vegetariano |                                                               |                             |              |                |
|          | Sobremesa   |                                                               |                             |              |                |
|          |             |                                                               |                             |              |                |
| 6ª FEIRA | Sopa        |                                                               |                             |              |                |
|          | Carne       |                                                               |                             |              |                |
|          | Peixe       |                                                               |                             |              |                |
|          | Vegetariano |                                                               |                             |              |                |
|          | Sobremesa   |                                                               |                             |              |                |
|          |             |                                                               |                             |              |                |

A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 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- Tremeços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.