Colégio Vasco da Gama

EMENTA - Ed. Pré-Escolar

De 01 a 05 de abril de 2024

UNISELF, SA

Ano Letivo 2023/2024

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa				
	Carne				
	Sobremesa				
3ª Feira	Sopa	Creme de ervilhas		357,0	85,0
	Peixe	Lombinhos de pescada no forno com batata assada e salada	Peixe	1664,0	398,0
	Sobremesa	Fruta da época		313,0	75,0
		Gelatina de morango		185,0	44,0
4ª FEIRA	Sopa	Sopa de courgete		349,0	83,0
	Carne	Arroz à valênciana, frango, carne de porco, ervilhas e cenoura	Glúten, soja, sulfitos	1664	398
	Sobremesa	Fruta da época		313,0	75,0
5ª Feira	Sopa	Creme de grão com espinafres		482	115
	Peixe	Bacalhau com natas, batata palha, béchamel e salada de alface	Glúten, peixe, leite	1483,0	359,0
	Sobremesa	Fruta da época		313,0	75,0
6ª FEIRA	Sopa	Sopa juliana		366,0	87,0
	Carne	Ovos mexidos, salsicha, arroz branco e salada mista	Glúten, ovo, soja, sulfitos	1609,0	384,0
	Sobremesa	Fruta da época		313,0	75,0

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: 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.

Os pratos constantes das ementas são acompanhados de saladas (alface ou mista), beterraba cozida, couve-roxa, milho cozido, cenoura ralada e outros ingredientes, à escolha dos utentes dos refeitórios do CVG.

*Ementa sujeita a alteração