

Ano Letivo 2023/2024

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes com courgete		387,0	92,0
	Carne	Rolo de carne, arroz de cenoura e salada	Glúten, soja, sulfitos	1594,0	381,0
	Sobremesa	Fruta da época		313,0	75,0
3ª Feira	Sopa	Creme de abóbora e cenoura		320,0	77,0
	Peixe	Massa com salmão, ervilhas e molho de tomate	Glúten, peixe	1863,0	445,0
	Sobremesa	Fruta da época		313,0	75,0
		Gelatina de ananás		185,0	44,0
4ª FEIRA	Sopa				
	Carne				
	Sobremesa				
5ª Feira	Sopa	Sopa de hortalíça		337,0	80,0
	Carne	Carne de porco à portuguesa, batata e salada mista	Sulfitos	1407,0	337,0
	Sobremesa	Fruta da época		313,0	75,0
6ª FEIRA	Sopa	Sopa de legumes com feijão		474,0	113,0
	Carne	Hamburguer de frango panado com arroz de cogumelos	Glúten, sulfitos	1445,0	346,0
	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