

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes com alface		581,0	139,0
	Carne	Lasanha de vitela, salada de tomate e oregãos	Glúten, ovo, leite, sulfitos	1724,0	408,0
	Peixe	Pescada à brás, cebola, batata palha e ovo	Glúten, ovo, peixe, soja, leite, mostarda	1354,0	324,0
	Vegetariano	Estufado de lentilhas e soja, cenoura e cogumelos	Soja, aipo, sulfitos	1132,0	271,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
3ª FEIRA	Sopa	Creme de brócolos e abóbora		444,0	106,0
	Carne	Arroz de carnes, frango, carne de porco aos cubos, ervilha e cenoura		1657,0	396,0
	Peixe	Lombos de pescada no forno, cebolada, ovo ralado e batata cozida	Crustáceos, ovo, peixe	1355,0	300,0
	Vegetariano	Caril de grão, abóbora e curgete, arroz estufado	Soja, tremoço	2631,0	629,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
4ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão branco com couve coração	Soja, tremoço	469,0	112,0
	Carne	Bife de frango grelhado, massa tricolor e salada mista	Glúten, soja, tremoço	2116,0	504,0
	Peixe	Bacalhau com natas, migas, batata, cebola e bechâmel	Glúten, crustáceos, peixe, leite, sulfitos, moluscos	1868,0	451,0
	Vegetariano	À brás de alho francês, cenoura e cogumelos, batata palha e ovo	Glúten, soja, leite, mostarda	1300,0	315,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
5ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes com curgete		352,0	97,0
	Carne	Macarrão com carne de porco à salsicheiro, ervilha e cenoura	Glúten, soja, mostarda, sulfitos	2160,0	516,0
	Peixe	Calamares com arroz estufado de coentros e salada de alface	Glúten, crustáceos, ovo, peixe, soja, leite, mostarda, sulfitos, moluscos	1477,0	352,0
	Vegetariano	Rancho de tofu com lombardo, tomate, cenoura	Glúten, soja, mostarda, tremoço	1508,0	360,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
Gelatina tutti frutti					
6ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão verde		330,0	79,0
	Carne	Perna de frango assada com limão, arroz de cenoura e salada mista		1755,0	419,0
	Peixe	Arroz de atum em conserva, cenoura ralada e salada de tomate	Peixe	1758,0	420,0
	Vegetariano	Crepe de legumes, couve roxa e ananás	Glúten, crustáceos, soja, sementes de sésamo	1810,0	431,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0

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- 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.