

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão verde		428,0	102,0
	Carne	Croquetes de novilho, arroz estufado de legumes e salada	Glúten, crustáceos, ovo, peixe, soja, leite, aipo, mostarda, sementes de sésamo, sulfitos, tremoço, moluscos	1771,0	421,0
	Peixe	Empadão de pescada com tomate e espinafres, béchamel e puré de batata	Crustáceos, peixe, leite	1446,0	343,0
	Vegetariano	Ervilhas estufadas com ovo cozido e arroz		1829,0	437,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
3ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes e brócolos		428,0	102,0
	Carne	Carne de vitela estufada com ervilhas, macarrão e cenoura	Glúten, soja, mostarda	2160,0	516,0
	Peixe	Pescada cozida ao vapor com batata e feijão verde		21002,0	503,0
	Vegetariano	Tortilha de espinafres, ervilha, alho francês e cogumelos	Glúten, soja, tremoço	1967,0	470,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
4ª FEIRA	Sopa	Sopa de hortaliça		424,0	101,0
	Carne	Febras de porco, batata assada e brócolos		1938,0	667,0
	Peixe	Arroz do mar, cebola, pimento vermelho, tomate e salsa	Glúten, crustáceos, ovo, peixe, soja	1509,0	358,0
	Vegetariano	Salada de feijão frade, grelos, broa de milho e ovo	Ovo, aipo, sulfitos	1524,0	364,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
5ª FEIRA	Sopa	Creme de cenoura com massa	Glúten, soja, mostarda	443	106
	Carne	Roti de Perú no forno, com arroz estufado de cenoura e salada		2078,0	497,0
	Peixe	Bacalhau gratinado, migas, batata palha, béchamel, pão ralado	Glúten, crustáceos, peixe, soja, leite, mostarda, sulfitos, moluscos	2065,0	454,0
	Vegetariano	Pataniscas de cogumelos e alho francês, arroz estufado e salada		1396,0	335,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
Gelatina morango				372,0	89,0
6ª FEIRA	Sopa	Sopa camponesa		405,0	134,0
	Carne	Frango assado no forno com mel e limão, massa espiral e salada	Glúten, soja, mostarda	2021,0	483,0
	Peixe	Tentáculo de pota em azeite, batata e grelos	Moluscos	2082,0	498,0
	Vegetariano	Rancho de soja com grão, lombardo, cenoura e macarronete	Glúten, soja, mostarda, tremoço	1754,0	419,0
	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 contêm 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.