

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes		384,0	92,0
	Carne	Macarrão com carne mista picada, cenoura e molho de tomate	Glúten, soja, mostarda, sulfitos	1301,0	308,0
	Peixe	Peixe vermelho no forno com puré de batata e salada	Peixe, leite	1386,0	331,0
	Vegetariano	Alho francês e curgete à brás , batata palha, ovo e salsa	Glúten, ovo, soja, leite, mostarda, sulfitos	2388,0	568,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
3ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão branco com couve coração	Soja, tremoço	506,0	121,0
	Carne	Arroz de Aves, bacon , cenoura ralada e salada verde	Sulfitos	2220,0	530,0
	Peixe	Massada de peixe, cebola, tomate, pimento e coentros	Crustáceos, peixe	1579,0	377,0
	Vegetariano	Paella com ervilhas, alho francês, tofu e açafrão	Soja	1630,0	355,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
4ª FEIRA	Sopa	Sopa de couve flôr		405,0	97,0
	Carne	Carne de porco aos cubos, arroz estufado, azeitonas e couve de bruxelas		1724,0	412,0
	Peixe	Guisado de choco, macedónia, feijão verde e batata	Moluscos	1503,0	367,0
	Vegetariano	Arroz de legumes estufados com soja, cogumelos e milho	Soja, aipo, sulfitos	2388,0	568,0
	Sobremesa	Fruta da época			576,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
5ª FEIRA	Sopa	Creme de batata doce e curgete		443,0	106,0
	Carne	Peito de peru no forno, batata assada e salada mista		18778,0	449,0
	Peixe	Bacalhau à brás, migas, batata palha, ovo e azeitonas	Glúten, crustáceos, ovo, peixe, soja, leite, mostarda, sulfitos, moluscos	1206,0	374,0
	Vegetariano	Empadão de lentilhas, espinafres, cogumelos e queijo gratinado	Leite, aipo, sulfitos	1975,0	472,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
Gelatina de ananás					
6ª FEIRA	Sopa	Creme de curgete		251,0	60,0
	Carne	Jardineira de novilho, chouriço, batata, cenoura e ervilhas	Sulfitos	2113,0	502,0
	Peixe	Massa mediterrânea de atum em conserva, cenoura e tomate	Glúten, peixe, soja, mostarda	1800,0	430,0
	Vegetariano	Cuscus com grelos, pimentos, curgete, alho francês e grão	Soja, tremoço	1628,0	390,0
	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.