

| DIA      | PRATO     | EMENTA  | Alergénios                                | Energia (kJ) | Energia (kcal) |
|----------|-----------|---|---|--------------|----------------|
| 2ª FEIRA | Sopa      | Creme de legumes  |   | 364          | 92             |
|          | Peixe     | Filetes de pescada dourados com macarronete, cenoura e queijo gratinado             | Glúten, crustáceos, peixe, ovo            | 1169         | 279            |
|          | Sobremesa | Fruta da época  |   | 313          | 75             |
|          |           |   |   |              |                |
| 3ª Feira | Sopa      | Sopa de feijão verde  |   | 330          | 79             |
|          | Carne     | Cassoulet de frango e porco, chouriço, feijão branco, arroz estufado e salada verde | Soja, tremoço                             | 2096         | 501            |
|          | Sobremesa | Fruta da época  |   | 313          | 75             |
|          |           | Gelatina de morango   |   | 288,0        | 69,0           |
| 4ª FEIRA | Sopa      | Creme de legumes com feijão catarino  | Soja, tremoço                             | 440          | 105            |
|          | Peixe     | Arroz de pota com cebola, tomate e pimento vermelho                                 | Moluscos                                  | 1306         | 312            |
|          | Sobremesa | Fruta da época  |   | 313          | 75             |
|          |           |   |   |              |                |
| 5ª Feira | Sopa      | Canja com massa   | Glúten, soja, mostarda                    | 721          | 172            |
|          | Carne     | Carne de novilho estufada, cenoura, feijão verde e puré de batata                   | Leite                                     | 1763         | 420            |
|          | Sobremesa | Fruta da época  |   | 313          | 75             |
|          |           |   |   |              |                |
| 6ª FEIRA | Sopa      | Sopa primavera  |   | 334          | 80             |
|          | Peixe     | Massada de peixe com cebola e tomate  | Glúten, crustáceos, peixe, soja, mostarda | 1028         | 246            |
|          | Sobremesa | Fruta da época  |   | 313          | 75             |
|          |           |   |   |              |                |

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