

Ano Letivo 2024/2025

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Sopa de legumes		364	92
	Carne	Empadão de novilho, puré de batata, chouriço e tomate	Glúten, soja, leite, sulfitos	1573	374
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
3ª Feira	Sopa	Creme de brócolos		444	106
	Carne	Omelete mista, arroz estufado de legumes e salada	Glúten, ovo, soja, sulfitos	1609	384
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
Gelatina de morango			288	69	
4ª FEIRA	Sopa	Juliana de legumes		366	87
	Peixe	Arroz de atum em conserva, cenoura ralada e salada	Peixe	1676	401
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
5ª Feira	Sopa	Creme de abóbora e curgete		387	92
	Carne	Vitela estufada com cenoura, ervilhas e massa espiral	Glúten, soja, mostarda	1556	372
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
6ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão branco e espinafres	Soja, tremoço	498	119
	Carne	Rissoles de pescada, arroz de tomate e salada de alface	Glúten, crustáceos, ovo, peixe, soja, leite, aipo, mostarda, sulfitos, tremoço, moluscos	1344	321
	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