

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes com alface		581,0	139,0
	Carne	Lasanha de carne, salada de tomate e oregãos	Glúten, ovo, leite, sulfitos	1724,0	408,0
	Peixe	Pescada à Gomes de Sá e salada mista	Peixe, ovo	1955,0	466,0
	Vegetariano	Salada de lentilhas, soja, tomate, pimento e pepino	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	Tiras de frango e arroz estufado com cogumelos e salada	Leite, aipo, Sulfitos	1674,0	400,0
	Peixe	Arroz de bacalhau, tomate e salsa	Glúten, crustáceos, ovo, peixe, soja, leite, mostarda	1477,0	352,0
	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	Carne de porco à portuguesa, batata e salada	sulfitos	2116,0	504,0
	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	À brás de alho francês, cenoura e cogumelos, batata palha e ovo	Glúten, soja, leite, mostarda, ovo	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	Perna de peru no forno com batata assada e feijão verde		2426,0	580,0
	Peixe	Salmão no forno com limão batata e brócolos	Peixe	2123,0	507,0
	Vegetariano	Tortilha de legumes, cogumelos, ervilha, cenoura e salada	Ovo, aipo, sulfitos	1603,0	383,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
Gelatina tutti frutti				580,0	138,0
6ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão verde		330,0	79,0
	Carne	Empadão de novilho, chouriço, tomate e cenoura e puré de batata	Soja, leite, sulfitos	1750,0	438,0
	Peixe	Salada de peixe, batata, cenoura, ervilhas e feijão verde	Crustáceos, peixe	1273,0	304,0
	Vegetariano	Arroz xau, cenoura, ervilhas, milho, salsichas de soja e ovo	Glúten, ovo, soja, sulfitos	2020,0	448,0
	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 rijas, 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.