

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão verde		428,0	102,0
	Carne	Chili de novilho, arroz estufado e salada	Gluten, soja, tremoço e sulfitos	2292,0	547,0
	Peixe	Pescada assada à provençal e puré de batata	Crustáceos, peixe, leite	1446,0	343,0
	Vegetariano	Ervilhas estufadas, abóbora, 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	Febras de porco, batata assada e brócolos		1938,0	667,0
	Peixe	Peixe cozido ao vapor com batata e feijão verde		21002,0	503,0
	Vegetariano	Crepe de legumes, couve roxa, ananás e salada	Glúten, crustáceos, soja, sementes de sésamo	1810,0	431,0
	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	Carne de vitela estufada com ervilhas, macarrão e cenoura	Glúten, soja, mostarda	2160,0	516,0
	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 abóbora		288	69
	Carne	Frango à brás, batata palha, ovo e salada	Glúten, ovo, soja, leite, mostarda	1705,0	444,0
	Peixe	Bacalhau no forno, batata e bechamel	Peixe, Gluten, Leite	1500,0	386,0
	Vegetariano	Quiche de alho francês, ervilhas e salada	Gluten, soja	1496,0	357,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
Pudim baunilha			Leite	703,0	168,0
6ª FEIRA	Sopa	Sopa lavrador	Soja, tremoço	636,0	150,0
	Carne	Perna de porco assada, batata e salada		2160,0	516,0
	Peixe	Feijoada de pota, feijão branco e arroz de cenoura	Soja, tremoço, molusco	2131,0	509,0
	Vegetariano	Rancho vegetariano, couve, feijão e arroz		2075,0	496,0
	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.