

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes com cenoura ralada		518	124
	Carne	Croquetes de carne com arroz de ervilhas e salada	Soja, leite, aipo, mostarda, sulfitos	1268	303
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
3ª Feira	Sopa	Sopa de ervilhas		357	85
	Peixe	Lombos de pescada no forno, batata assada e salada verde	Gluten, crustáceos, peixe	1227	288
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
		Pêra cozida		313	75
4ª FEIRA	Sopa	Creme de courgette		349	83
	Carne	Arroz à valenciana com carne porco, milho e cenoura	Soja, leite	1408	336
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
5ª Feira	Sopa	Creme de grão com espinafres	Soja, tremçoço	482	115
	Peixe	Bacalhau espiritual, cenoura ralada, pão e salada de alface	Gluten, crustáceos, peixe, leite, sulfitos, moluscos	1185	287
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
6ª FEIRA	Sopa	Sopa juliana		366	87
	Carne	Massa à carbonara (cogumelos, fiambre)	Soja, leite, aipo, mostarda, sulfitos	1268	303
	Sobremesa	Fruta da época		313	75

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- Tremçoços, 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