

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes com alface		581,0	139,0
	Carne	Lasanha de vitela, molho de tomate, béchamel, salada mista	Glúten, ovo, soja, leite	2013,0	477,0
	Peixe	Bacalhau fresco assado à provençal, batata e feijão verde	Ovo, peixe	1597,0	382,0
	Vegetariano	Empadão de tofu com espinafres, puré de batata e ovo	Ovo, soja, leite, sulfitos	2644,0	632,0
	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	Frango à brás com cenoura, batata palha e azeitonas	Glúten, ovo, soja, leite, mostarda	1705,0	444,0
	Peixe	Feijoada de pota com feijão branco, cenoura e arroz estufado	Moluscos	2131,0	509,0
	Vegetariano	Lentilhas estufadas com abóbora, curgete e ovo cozido	Ovo	2160,0	516,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0
4ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão catarino com repolho		469,0	112,0
	Carne	Guisado de carne de porco com grão, tomate, abóbora e arroz de cenoura		2757,0	657,0
	Peixe	Pescada lascada com salada à camponesa, batata, cenoura e ervilhas	Peixe	1464,0	350,0
	Vegetariano	Pataniscas de alho francês, arroz estufado de cenoura	Glúten, ovo	2172,0	519,0
	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	Jardineira de vitela com batata, cenoura e ervilhas		2081,0	497,0
	Peixe	Bacalhau à gomes de sá e salada verde	Ovo, peixe	1520,0	363,0
	Vegetariano	Strogonoff de seitan, tomate e abóbora, arroz estufado de cogumelos	Glúten, soja, sulfitos	1335,0	319,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
Mousse de chocolate			Leite	1746,0	417,0
6ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão verde		330,0	79,0
	Carne	Bifes de frango com limão e esparguete, salada de tomate	Glúten	1404,0	336,0
	Peixe	Tesourinhos de peixe com arroz primavera, salada	Glúten, peixe	2869,0	675,0
	Vegetariano	Feijoada, couve, curgete, abóbora, feijão branco e arroz estufado		1525,0	364,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
logurte de frutas			Leite	371,0	89,0

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- Tremeços, 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