

Ano Letivo 2024/2025

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes com cenoura ralada	-	518	124
	Peixe	Empadão de salmão e espinafres, puré de batata e salada	Peixe, Leite, Sulfitos	1973	470
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
3ª Feira	Sopa	Sopa de ervilhas	-	357	85
	Carne	Perninhas de frango guisadas com arroz e feijão verde	Leite, Sulfitos	1743	415
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
		Gelatina Tutti frutti	-	313	75
4ª FEIRA	Sopa	Creme de courgette	-	349	83
	Peixe	Massa espiral com pescada, milho, tomate e coentros	Glúten, Peixe	793	214
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
5ª Feira	Sopa	Creme de grão com espinafres	-	482	115
	Carne	Rancho de carne de porco, grão, cenoura, couve e macarronete	Glúten	1563	374
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
6ª FEIRA	Sopa	Sopa juliana	-	366	87
	Peixe	Pescada à Zé do pipo com batata cozida, salsa e salada de alface	Peixe, Leite, Sulfitos	1057	251
	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- 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