

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)	
2ª FEIRA	Sopa	Creme de cenoura		384	92	
	Carne	Esparguete com novilho à bolonhesa, tomate e salsa, salada	Glúten, soja, sulfitos	2132	559	
	Peixe	Pastéis de bacalhau com arroz de tomate e salada	Ovo, peixe, sulfitos	2305	551	
	Vegetariano	Seitan panado, arroz de tomate, couve de bruxelas	Glúten, ovo, soja	1617	387	
	Sobremesa	Fruta da época			313	75
logurte de frutas			Leite	371	89	
3ª FEIRA	Sopa					
	Carne					
	Peixe					
	Vegetariano					
	Sobremesa					
4ª FEIRA	Sopa					
	Carne					
	Peixe					
	Vegetariano					
	Sobremesa					
5ª FEIRA	Sopa					
	Carne					
	Peixe					
	Vegetariano					
	Sobremesa					
6ª FEIRA	Sopa	Sopa de legumes com curgete		352	97	
	Carne	Frango fricassé, arroz estufado e salada de tomate	Glúten, ovo	1980	473	
	Peixe	Salmão no forno com limão, batata assada e brócolos	Peixe	2123	507	
	Vegetariano	Alho francês, curgete e abóbora, cenora ralada, batata palha e ovo	Glúten, ovo, soja, leite, mostarda	1817	434	
	Sobremesa	Fruta da época			313	75
		logurte de frutas		Leite	371	89

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: 1- Cereais que contêm 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.