

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão verde		428,0	102,0
	Carne	Croquetes de vitela, arroz de legumes e salada de tomate e oregãos	Glúten, crustáceos, ovo, peixe, soja, leite, aipo, mostarda, sementes de sésamo, sulfitos, tremoço, moluscos	1771,0	421,0
	Peixe	Empadão de peixe, tomate, espinafres, bechamel e puré de batata	Crustáceos, peixe, leite	1446,0	343,0
	Vegetariano	Ervilhas estufadas, salsichas de soja e ovo cozido		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	Frango assado, massa espiral e salada verde / Omelete mista (1º ciclo)	Ovo	1733 / 2380	414 / 551
	Peixe	Pescada cozida ao vapor com batata e feijão verde		21002,0	503,0
	Vegetariano	Salada de feijão frade, grelos e broa de milho	Glúten, soja, tremoço	1967,0	470,0
	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	Frango assado, massa espiral e salada verde / Omelete mista (2º/3º/sec)	Ovo	1733 / 2380	414 / 551
	Peixe	Arroz do mar, cebola tomate e salsa	Glúten, crustáceos, ovo, peixe, soja	1509,0	358,0
	Vegetariano	Tortilha de ervilhas, espinafres, alho francês e cogumelos	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 cenoura e massinhas	Glúten, soja, mostarda	443	106
	Carne	Carne de vitela estufada fatiada, macarrão e cenoura	Glúten, soja, mostarda	2160,0	516,0
	Peixe	Bacalhau gratinado, batata palha, bechamel, pão ralado	Glúten, crustáceos, peixe, soja, leite, mostarda, sulfitos, moluscos	2065,0	454,0
	Vegetariano	Pataniscas de legumes, cogumelos, alho francês e salada verde		1396,0	335,0
	Sobremesa	Fruta da época			313,0
Gelatina morango				372,0	89,0
6ª FEIRA	Sopa	Sopa camponesa		405,0	134,0
	Carne	Rotti de peru, arroz de cenoura		2078,0	497,0
	Peixe	Tentáculo de pota, grelos e batata	Moluscos	2082,0	498,0
	Vegetariano	Rancho de vegetais (grão, macarronete, lombardo, soja e cenoura)	Glúten, soja, mostarda, tremoço	1754,0	419,0
	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 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.