

Ano Letivo 2023/2024

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Sopa de feijão verde		408	102
	Peixe	Empadão de peixe, tomate, espinafres, bechamel e puré de batata	Glúten, crustáceos, peixe, leite	1169	279
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
3ª Feira	Sopa	Creme de legumes e brócolos		428	102
	Carne	Frango assado com massa espiral e salada tomate	Glúten	1567	374
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
		Maça cozida		313	75
4ª FEIRA	Sopa	Sopa de hortalíça		424	101
	Peixe	Arroz do mar, cebola, tomate e salsa	Glúten, crustáceos, ovo, peixe, soja	1273	304
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
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	1556	372
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
6ª FEIRA	Sopa	Sopa camponesa		405	134
	Carne	Omelete mista, arroz de cenoura e salada de alface		1273	304
	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- 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.

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