

Ano Letivo 2023/2024

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes		364	92
	Carne	Macarrão com carne picada, tomate e cenoura	Glúten, soja, mostarda, sulfitos	1576	377
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
3ª Feira	Sopa	Feijão branco com couve coração	Soja, tremoço	469	112
	Peixe	Peixe gratinado, puré de batata, courgette tomate e ovo	Crustaceos, ovo, peixe, leite	418	244
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
		Gelatina		288	69
4ª FEIRA	Sopa	Sopa de couve flôr		405	97
	Carne	Carne de porco aos cubos, cenoura, feijão verde e arroz		1217	291
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
5ª Feira	Sopa	Creme de batata doce e legumes		356	85
	Carne	Perna de peru, batata assada e salada mista		1320	318
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
6ª FEIRA	Sopa	Creme de courgette		251	60
	Carne	Arroz de atum com cenoura ralada e salada mista	Glúten, peixe, soja, mostarda	1573	374
	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- 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