

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa				
	Carne				
	Sobremesa				
3ª Feira	Sopa	Creme de legumes com cenoura ralada	-	518	124
	Peixe	Croquetes de vitela, arroz de legumes e salada de tomate	Gluten, ovo, soja, aipo, sulfitos	1107	263
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
		Maça cozida	-	313	75
4ª FEIRA	Sopa	Sopa primavera	-	349	83
	Peixe	Pescada com tomate e pimentos, coentros, batata e grelos	Crustáceos, Peixe	891	213
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
5ª Feira	Sopa	Canja com arroz	-	606	145
	Peixe	Carne de novilho, ervilhas, feijão verde e arroz estufado	-	1822	436
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
6ª FEIRA	Sopa				
	Carne				
	Sobremesa				

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