

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa				
	Carne				
	Peixe				
	Vegetariano				
	Sobremesa				
3ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes com cenoura ralada		518	124
	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, tremçoço, moluscos	1771	421
	Peixe	Empadão de peixe, tomate, espinafres, bechamel e puré de batata	Glúten, crustáceos, peixe, leite	1444	343
	Vegetariano	Hamburguer de espinafres, arroz de legumes e salada	Glúten, ovo, leite, aipo	1921	508
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
		logurte de frutas	Leite	371	89
4ª FEIRA	Sopa	Sopa primavera	-	334	80
	Carne	Perna de peru com batata assada e grelos salteados	-	2426	580
	Peixe	Pescada assada com tomate, pimentos, batata e grelos	Glúten, crustáceos, peixe, soja, mostarda	1625	388
	Vegetariano	Salada de feijão frade, grelos, broa de milho e ovo cozido	Ovo, soja, tremçoço	2049	490
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
		logurte de frutas	Leite	371	89
5ª FEIRA	Sopa	Canja com arroz	-	606	145
	Carne	Carne de novilho, ervilhas e feijão verde, arroz estufado	-	2307	551
	Peixe	Bacalhau gratinado, migas, batata, bechamel e pão ralado	Glúten, crustáceos, peixe, leite, sulfitos, moluscos	2065	454
	Vegetariano	Pataniscas de alho francês e cogumelos, salada mista	Ovo, aipo, sulfitos	645	260
	Sobremesa	Fruta da época	-	313	75
		Gelatina	-	580	138
6ª FEIRA	Sopa				
	Carne				
	Peixe				
	Vegetariano				
	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- Tremçoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.