



*Poderá conter os seguintes alergénios:*

2ª FEIRA	SOPA	Lombardo	
	PRATO	Almôndegas estufadas com esparguete	1,6,12
	DIETA	Almôndegas estufadas (simples) com esparguete	1,6,12
	VEGETARIANO	Hambúrguer vegetariano com esparguete	1,6,7
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Filetes de pescada no forno com batata e legumes salteados	4
3ª FEIRA	SOPA	Espinafres	
	PRATO	Bacalhau desfiado com batata, grão e ovo	3,4
	DIETA	Bacalhau desfiado com batata, grão e ovo	3,4
	VEGETARIANO	Salada de grão, batata e ovo	3
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Arroz de carne com feijão verde	12
4ª FEIRA	SOPA	Juliana	
	PRATO	Feijoada à transmontana	12
	DIETA	Vitela estufada com arroz e legumes	12
	VEGETARIANO	Feijoada vegetariana (feijão catarino, pimento e tomate) com arroz branco	
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Pescada cozida com legumes	4
5ª FEIRA	SOPA	Nabiças	
	PRATO	Pescada frita com arroz de grelos	4
	DIETA	Pescada grelhada com arroz de legumes	4
	VEGETARIANO	Quiche de legumes	3,7
	SOBREMESA	Doce	
	JANTAR	Bife de peru grelhado com massa primavera	1,3,12
6ª FEIRA	SOPA	Couve portuguesa	
	PRATO	Carne de porco à portuguesa e salada alface	10,12
	DIETA	Bifinhos de peru com batata e salada alface	12
	VEGETARIANO	Caril de lentilhas	8
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Arroz de pescada simples	4
SABADO	SOPA	Caldo verde	
	PRATO	Pernas de frango no forno com legumes variados	12
	DIETA	Bife de frango grelhado com legumes variados	12
	JANTAR	Salada russa de pescada	3,4
	DIETA	Salada russa de pescada	3,4
	SOBREMESA	Fruta	
DOMINGO	SOPA	Juliana	
	PRATO	Entrecosto no forno com arroz de ervilha e cenoura	12
	DIETA	Peito de frango grelhado com arroz de ervilha e cenoura	12
	JANTAR	Massada simples de pescada e coentros	1,4
	DIETA	Massada simples de pescada e coentros	1,4
	SOBREMESA	Fruta	

A ementa poderá estar sujeita a alterações por motivos imprevistos.

Devido aos processos de elaboração dos pratos, não é possível excluir a presença accidental de outros agentes alergénios distintos aqui representados.

A sua refeição pode conter as seguintes substâncias/produtos e seus derivados potenciais causadores de alergia ou intolerância alimentar:

1 - Cereais que contêm glúten; 2 - Crustáceos; 3 - Ovos; 4 - Peixes; 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 (Regulamento 1169/20211 de 25 de Outubro de 2011).

A Técnica:  
Eugénia Assis