



Poderá conter os seguintes alergénios:

2ª FEIRA	SOPA	Abóbora com massinhas	1
	PRATO	Empadão de arroz de atum e salada mista	1,3,6,10
	DIETA	Empadão de arroz de pescadinha e salada mista	1,4
	VEGETARIANO	Empadão de legumes variados	3
	SOBREMESA	Doce	
	JANTAR	Bife de frango grelhado com arroz de legumes	12
3ª FEIRA	SOPA	Nabiças	
	PRATO	Bifanas no tacho com macarronete e salada alface	1,12
	DIETA	Bifanas grelhadas com macarronete e salada alface	1,12
	VEGETARIANO	Massada de legumes	1
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Pescada cozida com todos	1,3,4
4ª FEIRA	SOPA	Alho Francês	
	PRATO	Tentáculos de pota no forno com batata e grelos	14
	DIETA	Filete de fogonero com batata e grelos	4
	VEGETARIANO	Caldeirada de tofu	6
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Panado de peru com arroz de cenoura	3,12
5ª FEIRA	SOPA	Espinafres	
	PRATO	Frango à Brás e salada mista	3,12
	DIETA	Peito de frango grelhado com legumes	12
	VEGETARIANO	Tortilha de legumes	3,7
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Arroz de bacalhau	4
6ª FEIRA	SOPA	Crema de legumes	
	PRATO	Solha frita com arroz de feijão	4
	DIETA	Solha grelhada com arroz de feijão	4
	VEGETARIANO	Quiche de legumes	3,7
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Massa com frango	1
SABADO	SOPA	Caldo verde	
	PRATO	Perca grelhada com batata cozida e feijão verde	4
	DIETA	Perca grelhada com batata cozida e feijão verde	4
	JANTAR	Grelhada mista com arroz de primavera	12
	DIETA	Grelhada mista com arroz primavera	12
	SOBREMESA	Fruta	
DOMINGO	SOPA	Agrião	
	PRATO	Salada russa de atum	3,4
	DIETA	Salada russa de atum	3,4
	JANTAR	Lombo de porco no forno com esparguete	1,12
	DIETA	Lombo de porco no forno com esparguete	1,12
	SOBREMESA	Doce	

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