



Poderá conter os seguintes alergénios:

2ª FEIRA	SOPA	Abóbora com massinhas	1
	PRATO	Bifanas no tacho com massa penne e salada mista	1,12
	DIETA	Bifanas grelhadas com massa penne e salada mista	1,12
	VEGETARIANO	Massada de legumes	1,3
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Pescada cozida com batata, ovo e grão	1,3,4
3ª FEIRA	SOPA	Nabiças	
	PRATO	Pasteis de Bacalhau com arroz de legumes	1,3,6,10
	DIETA	Pescada grelhada com arroz legumess	1,3,4
	VEGETARIANO	Empadão de legumes variados	1,3
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Carne à portuguesa	12
4ª FEIRA	SOPA	Alho francês	
	PRATO	Frango à Brás e salada mista	3,12
	DIETA	Peito de frango grelhado com legumes	12
	VEGETARIANO	Tortilha de legumes com salada mista	3,7
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Arroz de bacalhau	4
5ª FEIRA	SOPA	Espinafres	
	PRATO	Tentáculos de pota no forno com batata e grelos	14
	DIETA	Filete de fogueiro com batata e grelos	4
	VEGETARIANO	Caldeirada de tofu	1,6
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Panados de peru com macarrão	1,3
6ª FEIRA	SOPA	Crema de legumes	
	PRATO	Bifinhos com cogumelos e esparguete	1,12
	DIETA	Bife de peru grelhado com esparguete	1,12
	VEGETARIANO	Esparguete de soja	1,6
	SOBREMESA	Doce	
	JANTAR	Abrótea no forno com legumes	4
SABADO	SOPA	Caldo verde	
	PRATO	Grelhada mista com arroz cenoura e salada alface	12
	DIETA	Bife de frango grelhado com arroz de cenoura e salada alface	12
	JANTAR	Peixe espada branco c/ batata e feijão verde	4
	DIETA	Peixe espada branco c/ batata e feijão verde	4
	SOBREMESA	Fruta	
DOMINGO	SOPA	Agrião	
	PRATO	Lombo de porco no forno com batatinhas e brócolos	12
	DIETA	Febra grelhada com batatinhas e brócolos	12
	JANTAR	Salada russa de atum	4
	DIETA	Salada russa de pescada	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 - Tremeços; 14 - Moluscos (Regulamento 1169/20211 de 25 de Outubro de 2011).

A Técnica:
Eugénia Assis