

EMENTA SEMANAL

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1-Cereais que contêm glúten; 2-Ovos; 3-Peixes; 4-Amendoins; 5-Soja; 6-Leite; 7-Produtos de casca rija; 8-Aípo; 9-Dióxido de enxofre e sulfitos; 10-Moluscos; 11-Crustáceos; 12-Mostarda; 13-Sementes de Sésamo; 14-Tremoço

Ementas da Semana 17-04-2017 a 23-04-2017

Almoço

	Carne	Peixe	Dieta
segunda-feira 17-04-2017			
Sopa	Sopa de nabíça		
Prato	Frango no forno com arroz de cenoura (2)		
Vegetais	Salada diversa		
Sobremesa	Fruta da época		
Pão	Pão de mistura (5)		
Alergénicos	(2) 9 (5) 1		
Valor Calórico	859 Kcal		
terça-feira 18-04-2017			
Sopa		Sopa de espinafres	
Prato		Arroz de peixe (2)	
Vegetais		Salada diversa	
Sobremesa		Fruta ou iogurte (4)	
Pão		Pão de mistura (5)	
Alergénicos		(2) 1-2-3-7-9 (4) 6 (5) 1	
Valor Calórico		921 Kcal	
quarta-feira 19-04-2017			
Sopa		Caldo verde	Caldo verde
Prato		Bacalhau à brás (2)	Bacalhau com todos
Vegetais		Salada diversa	Salada diversa
Sobremesa		Fruta ou iogurte (4)	Fruta ou iogurte (4)
Pão		Pão de mistura (5)	Pão de mistura (5)
Alergénicos		(2) 2-3-6 (4) 6 (5) 1	(4) 6 (5) 1
Valor Calórico		1080 Kcal	185 Kcal
quinta-feira 20-04-2017			
Sopa	Creme de cenoura		Creme de cenoura
Prato	Frango no forno com esparguete (2)		Frango grelhado
Vegetais	Salada diversa		Salada diversa
Sobremesa	Fruta da época		Fruta da época
Pão	Pão de mistura (5)		Pão de mistura (5)
Alergénicos	(2) 1-2-9 (5) 1		(5) 1
Valor Calórico	996 Kcal		176 Kcal
sexta-feira 21-04-2017			
Sopa		Sopa de couve lombarda	Sopa de couve lombarda
Prato		Salada de peixe (2)	Peixe cozido
Vegetais		Salada diversa	Salada diversa
Sobremesa		Fruta ou iogurte (4)	Fruta ou iogurte (4)
Pão		Pão de mistura (5)	Pão de mistura (5)
Alergénicos		(2) 2 (4) 6 (5) 1	(4) 6 (5) 1
Valor Calórico		976 Kcal	181 Kcal

Obs. Por motivos imprevistos poderá haver algumas alterações na ementa.

Fátima, 12 de Abril de 2017

A Direção