

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 20-03-2017 a 26-03-2017

Almoço

| | Carne | Peixe | Dieta |
|---------------------------------|--|-----------------------------|-----------------------------|
| segunda-feira 20-03-2017 | | | |
| Sopa | Sopa de legumes | | Sopa de legumes |
| Prato | Hamburguer com esparguete | | Hamburguer grelhado |
| Vegetais | Salada diversa | | Salada diversa |
| Sobremesa | Fruta da época | | Fruta da época |
| Pão | Pão de mistura (5) | | Pão de mistura (5) |
| Alergénicos | (5) 1 | | (5) 1 |
| Valor Calórico | 1160 Kcal | | 215 Kcal |
| terça-feira 21-03-2017 | | | |
| Sopa | | Sopa de nabiça | Sopa de nabiça |
| Prato | | Bacalhau à gomes de sá (2) | Bacalhau grelhado |
| 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) 1-2 (4) 6 (5) 1 | (4) 6 (5) 1 |
| Valor Calórico | | 1002 Kcal | 182 Kcal |
| quarta-feira 22-03-2017 | | | |
| Sopa | Sopa de couve lombarda | | Sopa de couve lombarda |
| Prato | Came de porco à portuguesa (2) | | Bife de porco grelhado |
| Vegetais | Salada diversa | | Salada diversa |
| Sobremesa | Fruta da época | | Fruta da época |
| Pão | Pão de mistura (5) | | Pão de mistura (5) |
| Alergénicos | (2) 9 (5) 1 | | (5) 1 |
| Valor Calórico | 1161 Kcal | | 181 Kcal |
| quinta-feira 23-03-2017 | | | |
| Sopa | Sopa minestra | | Sopa minestra |
| Prato | Frango no forno com puré de batata (2) | | Frango no forno |
| Vegetais | Salada diversa | | Salada diversa |
| Sobremesa | Fruta da época | | Fruta da época |
| Pão | Pão de mistura (5) | | Pão de mistura (5) |
| Alergénicos | (2) 2-6-9 (5) 1 | | (5) 1 |
| Valor Calórico | 1038 Kcal | | 218 Kcal |
| sexta-feira 24-03-2017 | | | |
| Sopa | | Sopa de grão com espinafres | Sopa de grão com espinafres |
| Prato | | Arroz de peixe (2) | Arroz de peixe (2) |
| 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) 1-2-3-7-9 (4) 6 (5) 1 | (2) 1-2-3-7-9 (4) 6 (5) 1 |
| Valor Calórico | | 951 Kcal | 951 Kcal |

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

Fátima, 1 de Março de 2017

A Direção