



EMENTA SEMANAL

30 Outubro a 03 Novembro

		ALMOÇO
Segunda-feira	Sopa	Espinafres
	Geral	Entrecosto estufado¹² com arroz branco
	Legumes	Alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira	Sopa	Couve lombarda
	Geral	Pescada cozida⁴ com salada de batata (feijão verde, ervilhas e cenoura)
	Legumes	Feijão verde e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa	
	Geral	FERIADO
	Legumes	
	Sobremesa	
Quinta-feira	Sopa	Couve portuguesa e feijão branco
	Geral	Red fish^{4,12} no forno com batata cozida
	Legumes	Brócolos e couve-flor
	Sobremesa	Pudim
Sexta-feira	Sopa	Alho francês
	Geral	Esparguete à bolonhesa (mista)^{1,3,12}
	Legumes	Alface e couve roxa
	Sobremesa	Fruta da época

Nota: A ementa está sujeita a alterações sendo os utentes/clientes previamente avisados, sempre que possível.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: **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 - Tremoço, 14 - Moluscos.** Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas

Para informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

Nutricionista : Ana Cláudia Ferreira /2070N

Ementa alternativa	