



EMENTA SEMANAL

16 junho a 20 junho

		ALMOÇO
Segunda-feira	Sopa	Espinafres
	Geral	Atum guisado com espirais, delícias e cogumelos ^{1,3,4,12}
	Legumes	Alface e cebola
	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira	Sopa	Couve lombarda e courgette
	Geral	Entrecosto assado com puré de batata ^{3,7,9,12}
	Legumes	Couve e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa	Creme de ervilhas e cenoura
	Geral	Arroz de potas ^{12,14}
	Legumes	Alface
	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa	
	Geral	FERIADO
	Legumes	
	Sobremesa	
Sexta-feira	Sopa	Abóbora e couve lombarda
	Geral	Feiletas de pescada fritos com arroz de feijão
	Legumes	Alface e cebola
	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 rijas, 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

Dia	Ementa alternativa