

Semana de 22 a 26 de julho de 2024

Almoço

		EMENTA	Alergêneos (*)	VE (Kj)	VE (Kcal)	Lípidos (g)	Dos quais Ac. gordos saturados (g)	Hidratos de Carbono (g)	Dos quais Açúcares (g)	Proteínas (g)	Sal (g)
2ª	Sopa	Legumes		877	210	3,3	0,4	38,0	5,3	5,3	0,1
	Prato	<b>Croquetes de carne</b> com arroz primavera	Glúten, Ovo, Soja, Sulfitos	2960	708	30,8	6,8	84,2	2,2	20,8	2,1
	Vegetariana	<b>Alho francês à Brás</b>	Ovo	1445	446	8,5	0,7	74,7	1,2	15,5	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		288	69	0,5	0,1	15,4	15,2	1,0	0
3ª	Sopa	Creme de abóbora com feijão branco		1047	250	3,4	0,5	44,7	3,8	9	0,1
	Prato	Frango assado no forno com <b>massa espiral</b>	Glúten	2328	556	16,6	3,8	57,2	9,5	43,0	0,5
	Vegetariana	Salada de grão (grão, batata e cenoura)		2420	578	12,2	2,6	87,5	7,2	27,4	0,5
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		288	69	0,5	0,1	15,4	15,2	1,0	0
4ª	Sopa	Caldo verde		959	229	3,1	0,4	43,2	3,4	5,9	0,1
	Prato	<b>Empadão de atum</b>	Glúten, Ovo, Peixe	3494	835	28,4	3,8	98,5	0,8	44,0	0,7
	Vegetariana	<b>Crepes de legumes</b> com arroz	Glúten, Ovo, Soja, Sulfitos	2932	699	30,2	4	92,5	0,3	11,5	2,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		288	69	0,5	0,1	15,4	15,2	1,0	0
5ª	Sopa	Alho francês		835	200	3,1	0,4	36,7	4,1	5,2	0,1
	Prato	Carne de vaca estufada com <b>puré de batata</b>	Leite	2686	642	26	9,4	61,3	7,2	39,2	0,5
	Vegetariana	<b>Salada vegetariana</b> (queijo, ananás, cogumelos, brócolos, cenoura, massa)	Glúten, Sulfitos	1986	417	10,2	2,0	62,2	3,6	17,0	1,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		288	69	0,5	0,1	15,4	15,2	1,0	0
6ª	Sopa	Espinafres		1123	268	4,3	0,6	47	4,6	9	0,2
	Adultos	Bacalhau c/natas	Glúten, Sulfitos	2579	623	12,7	3,3	57,8	2,9	66,0	0,7
	Vegetariana	<b>Tortilha de legumes</b>	Ovo	2241	536	18,3	4	63,8	6,7	27,3	0,7
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		288	69	0,5	0,1	15,4	15,2	1,0	0

Ementa sujeita a alteração por motivos imprevistos

A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixe, 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-Tremçoos, 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.