

EMENTA SEMANAL
J. I. / 1.º Ciclo



Ementa



Semana de 17 a 22 junho 2018

<i>Segunda-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Canja	
<i>Prato</i>		Almôndegas estufadas com massa espiral tricolor	
<i>Salada</i>		salada de alface e cenoura	
<i>Sobremesa</i>		Fruta	
			621 Kcal

<i>Terça-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Courgete	
<i>Prato</i>		Bacalhau à Brás	
<i>Salada</i>		Salada mista	
<i>Sobremesa</i>		Fruta da época	
			531 kcal

<i>Quarta-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Grão	
<i>Prato</i>		Arroz de Pato	
<i>Salada</i>		Salada mista	
<i>Sobremesa</i>		Fruta da época	
			637 kcal

<i>Quinta-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Feijão verde	
<i>Prato</i>		Salada russa de atum (batata, atum, ervilhas, cenoura, ovo)	
<i>Salada</i>		Incluído	
<i>Sobremesa</i>		Leite creme	
			614 kcal

<i>Sexta-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Repolho	
<i>Prato</i>		Frango assado com arroz de cenoura	
<i>Salada</i>		Incluído	
<i>Sobremesa</i>		Fruta da época	
			556 kcal

Diariamente disponível: Pão de Mistura e Água

Ementa sujeita a alteração sem aviso prévio eralizada conforme circular nº3/DSEEAS/DGE/2013

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



Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas
Qualquer informação que deseje sobre alérgenos, consulte um funcionário do serviço de alimentação.

A nutricionista,
Dr^a Ana Sofia Rebelo (3162 N)