



Semana de 13 a 17 novembro 2017

<i>Segunda-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Couve flor	552 kcal
<i>Prato</i>		Ovos mexidos com arroz alegre (cenoura e milho)	
<i>Salada</i>		Alface e cenoura ralada	
<i>Sobremesa</i>		Fruta da época	

<i>Terça-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Alface	660 kcal
<i>Prato</i>		Bacalhau à Brás	
<i>Salada</i>		Tomate e cenoura ralada	
<i>Sobremesa</i>		Arroz doce/fruta	

<i>Quarta-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Grão e hortaliça	633 kcal
<i>Prato</i>		Esparguete à bolonhesa (carne de vaca picada)	
<i>Salada</i>		Salada mista	
<i>Sobremesa</i>		Fruta	

<i>Quinta-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Camponesa	776 kcal
<i>Prato</i>		Douradinhos no forno com arroz de feijão	
<i>Salada</i>		Cenoura e couve roxa	
<i>Sobremesa</i>		Pudim flan/fruta	

<i>Sexta-feira</i>			
<i>Sopa</i>		Alho francês	539 kcal
<i>Prato</i>		Jardineira de peru	
<i>Salada</i>		Incluído	
<i>Sobremesa</i>		Fruta da época	

Diariamente disponível: Pão de Mistura e Água

Ementa sujeita a alteração sem aviso prévio realizada 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,
Dra Ana Sofia Rebelo (3162N)*