

Semana V Ementa de 21 a 27 Outubro 2019

REFEIÇÃO	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Lombardo e cenoura	Courgette
Prato Normal (adultos e idosos)	Carne de porco estufada com cenoura e ervilhas com massa espiral	Carapau grelhado⁴ e batata cozida e couve lombarda e cenoura cozidos em juliana
Prato Infantil	Hamburguer no forno com massa espiral co ervilhas e cenoura	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Febr de porco estufada simples e com massa esparguete e jardineira de legumes	Carapau⁴ grelhado, batata cozida, couve lombardo e cenoura cozida juliana
Sobremesa	Fruta	Aroz doce^{3,7} /fruta
Terça-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Crema de cenoura com alho frances	Espinafres
Prato Normal (adultos e idosos)	Pescada⁴ estufada de tomatada com arroz branco e salada de tomate e pepino	Perna de frango grelhada com puré de batata^{7,12} e brócolos cozidos
Prato Infantil	Pescada⁴ estufada de tomatada com arroz branco e salada de tomate e pepino	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Pescada estufada simples, arroz branco e salada de tomate e pepino	Perna de frango grelhada com puré de batata^{7,12} e brócolos cozidos
Sobremesa	Fruta cozida / fruta	Fruta
Quarta-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Feijão encarnado com cenoura/ crema de legumes	Grelas
Prato Normal (adultos e idosos)	Carne de vaca guisada com arroz branco e salada de pepino, beterraba e couve roxa.	Solha no forno com batata assada e couve lombarda cozida
Prato Infantil	Empadão de carne com arroz e salada mista	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Carne de vaca estufada (fatiada) simples, arroz branco e feijão verde cozido	Solha no forno com batata assada e couve lombarda cozida
Sobremesa	Fruta	Gelatina com fruta¹² / Fruta
Quinta-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Abóbora com espinafres	Hortaliça
Prato Normal (adultos e idosos)	Massada de peixe com coentros e delicias do mar e salada de alface e cenoura	Perna de peru assada com alecrim, arroz de cenoura e brócolos cozidos
Prato Infantil	Massada de peixe com coentros e delicias do mar e salada de alface e cenoura	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Pescada cozida com batata cozida e salada de alface e cenoura	Perna de peru assada simples com arroz de cenoura e brócolos cozidos
Sobremesa	Salada de fruta / fruta	Fruta
Sexta-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Ervilhas	Juliana
Prato Normal (adultos e idosos)	Pá de porco assada com massa esparguete e salada de couve roxa e cenoura	Badejo⁴ cozido com molho verde (coentros), batata e brócolos cozidos
Prato Infantil	Pá de porco assada com massa esparguete e salada de couve roxa e cenoura	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Pá de porco assada (simples) com massa esparguete e salada de couve roxa e cenoura	Badejo⁴ cozido com molho verde (coentros), batata e brócolos cozidos
Sobremesa	Fruta	logurte⁷ com fruta
Sábado		
Sopa (Adultos e Crianças)	Legumes	Couve branca com cenoura
Prato Normal (adultos e idosos)	Redfish⁴ assado com arroz e feijão verde cozido	Frango estuado com massa espiral ¹ e macedónia cozida
Prato Infantil		
Prato Dieta(adultos e idosos)	Redfish⁴ assado simples com arroz e feijão verde cozido	Frango assado com massa espiral ¹ e macedónia cozida
Sobremesa	Fruta assada	Fruta
Domingo		
Sopa (Adultos e Crianças)	Nabiças	Alho francês
Prato Normal (adultos e idosos)	Empadão de carne e salada mista^{1,4,7,12} , salada de alface e tomate	Marmotinha frita com arroz de feijão e salada de alface, cenoura e couve roxa
Prato Infantil		
Prato Dieta(adultos e idosos)	Carne estufada simples com pure de batata^{7,12} e salada de alface e tomate	Pescada cozida com batata, brócolos
Sobremesa	Leite crema^{1,3,7} / fruta	Fruta

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém 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- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas.