



Ementa Semanal de 09 /10 /17 a 13 /10 /17

	2ª FEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de feijão com repolho		106
Prato	Ovos mexidos com legumes (alho francês, cogumelos), arroz e salada de cenoura e rúcula	Contém ovo	210
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	3ª FEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Creme de alho francês com hortelã		110
Prato	Abrótea cozida com batata cozida, cenoura, couve-flor e brócolos salteados	Contém peixe	218
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	4ª FEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de beldroegas		103
Prato	Lombo de porco assado no forno com rodela de laranja com esparguete e salada de beterraba, tomate e coentros	Contém glúten	216
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	5ª FEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de alface		94
Prato	Bife de atum de cebolada com batata cozida e salada de alface, tomate e pepino	Contém peixe	199
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	6ª FEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa Juliana		101
Prato	Arroz de frango com ervilhas e cenoura e salada de alface e couve roxa	---	210
Sobremesa	Salada de fruta da época		50-100

As refeições contêm as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados alergénios: cereais com glúten, crustáceas, ovos, peixe, amendoim, soja, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremçoço, moluscos (Regulamento EU n.º 1169/2011 de 25-10).

Caso necessite de informação adicional sobre os produtos em causa, solicite a um funcionário.

Esta ementa é elaborada de acordo com os critérios de avaliação definidos pela A.R.S. – Administração Regional de Saúde do Algarve