



Ementa Semanal de 22/ 01/ 18 a 26/ 01/ 18

	2ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de feijão com lombardo		105
Prato	Abrótea cozida com batata, cenoura, feijão-verde e brócolos cozidos	Contém peixe	217
Sobremesa	Salada de Fruta da época		50-100

	3ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de couve lombarda		109
Prato	Carne de porco assada com esparguete e salada de rúcula, tomate e cenoura	Contém glúten	241
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	4ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Canja		48
Prato	Salmão grelhado com batata e legumes salteados (curgete, cenoura e couve flor)	Contém peixe	258
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	5ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de espinafres		97
Prato	Tiras de peru salteadas com cogumelos e alho francês com arroz e salada de alface, beterraba e rabanete	---	208
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época.		50-100

	6ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de alho francês		101
Prato	Pescada estufada com arroz de cenoura e ervilhas e salada alface, tomate e couve roxa	Contém peixe	170
Sobremesa	2 Variedade 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.