



## Ementa Semanal de 16/07/18 a 20/07/18

	2ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa Juliana		119
Prato	Tortilha de cogumelos com salada de alface, rúcula e beterraba	Contém ovo	121
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	3ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Creme de couve-flor		104
Prato	Tiras de peru salteadas com esparguete e salada de alface, milho e cenoura	Contém glúten	210
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	4ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de couve lombarda		109
Prato	Pastéis de bacalhau com arroz de tomate e salada de alface, pimento e pepino	Contém peixe	209
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	5ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de alho francês		103
Prato	Chili de carne de vaca com arroz e salada de alface, cenoura e couve roxa	Pode conter ovo e sulfitos	260
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época.		50-100

	6ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de agrião		95
Prato	Atum em molho de tomate com esparguete com salada de cenoura, pepino e pimento	Contém peixe e glúten	226
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.