



## Ementa Semanal de 18/06/18 a 22/06/18

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>ALERGÉNIOS</b>	<b>VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE</b>
<b>Sopa</b>	Sopa de feijão verde		105
<b>Prato</b>	Rolo de carne (vaca) fatiado com arroz e salada de alface, cenoura e beterraba	Pode conter ovo e sulfitos	245
<b>Sobremesa</b>	2 Variedade de Fruta da época.		50-100

	<b>3ª FEIRA</b>	<b>ALERGÉNIOS</b>	<b>VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE</b>
<b>Sopa</b>	Sopa Primavera		125
<b>Prato</b>	Medalhões de maruca cozidos com salada quente de batata e legumes (cenoura, brócolos e curgete)	Contém peixe	192
<b>Sobremesa</b>	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	<b>4ª FEIRA</b>	<b>ALERGÉNIOS</b>	<b>VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE</b>
<b>Sopa</b>	Sopa de ervilhas e coentros		85
<b>Prato</b>	Lombo de porco assado no forno com rodelas de laranja com esparguete e salada de beterraba, tomate e coentros	Contém glúten	216
<b>Sobremesa</b>	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	<b>5ª FEIRA</b>	<b>ALERGÉNIOS</b>	<b>VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE</b>
<b>Sopa</b>	Sopa de nabiça		101
<b>Prato</b>	Bife de atum de cebolada com batata cozida e salada de alface, tomate e pepino	Contém peixe	199
<b>Sobremesa</b>	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	<b>6ª FEIRA</b>	<b>ALERGÉNIOS</b>	<b>VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE</b>
<b>Sopa</b>	Sopa de feijão com repolho		106
<b>Prato</b>	Arroz de frango com ervilhas e cenoura e salada de alface e couve roxa	---	210
<b>Sobremesa</b>	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, tremço, 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