



## Ementa Semanal de 21/05/18 a 25/05/18

	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 ervilhas com coentros		89
Prato	Filetes de pescada no forno com ervas aromáticas, arroz de cenoura ervilhas e salada de alface, tomate e pimento	Contém peixe	185
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	5ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Creme de abóbora e hortelã		101
Prato	Empadão de carne de vaca com macedónia de legumes (cenoura, ervilhas e feijão-verde)	Contém leite e sulfites. Pode conter glúten,	184
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época.		50-100

	6ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Caldo verde		119
Prato	Maruca cozida com salada quente de batata, feijão-verde, cenoura e couve de bruxelas	Contém peixe	184
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 sulfites, 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.