



Ementa Semanal de 12 /03 /18 a 16 /03 /18

	2ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de Juliana		104
Prato	Salada de bacalhau com grão, batata, ovo, cenoura e brócolos cozidos	Contém peixe e ovo	228
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	3ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Creme de brócolos		101
Prato	Frango estufado com cogumelos, arroz e salada de alface, beterraba e tomate	---	241
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	4ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de grão com nabiça		84
Prato	Salmão grelhado com batata cozida e legumes salteados (cenoura, brócolos e couve flor)	Contém peixe	260
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	5ªFEIRA	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

	6ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Caldo verde		119
Prato	Filetes de pescada de cebolada com puré de batata e salada de alface, tomate e pepino	Contém peixe, leite e sulfitos. Pode conter glúten, ovo e aipo	184
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

As refeições contêm as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados alergénios: cereais com glúten, crustáceos, 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