



Ementa Semanal de 26 /11 /18 a 30 /11 /18

	2ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de beldroegas com hortelã		104
Prato	Tiras de frango com cogumelos, arroz de ervilhas e salada de cenoura e beterraba	---	216
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	3ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de feijão com nabiças		107
Prato	Red fish no forno com batata, cenoura e brócolos salteados	Contém peixe	192
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época.		50-100

	4ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de lombarda		109
Prato	Carne de porco assada com fussilli e salada de rúcula, tomate e cenoura	Contém glúten	241
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época.		50-100

	5ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Creme de couve-flor com coentros		154
Prato	Bacalhau no forno com espinafres, batata assada e salada de alface e pimento	Contém peixe	182
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	6ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Creme de abóbora com hortelã		100
Prato	Rancho de carne (porco e frango) com grão, massa, couve lombarda e cenoura	Contém glúten	219
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, 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.