



Ementa Semanal de 22 /10 /18 a 26 /10 /18

	2ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de grão com nabijas		84
Prato	Febras grelhadas com arroz de ervilhas e salada de alface, tomate e pepino	---	206
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época.		50-100

	3ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Canja		48
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 agrião com rodelas de cenoura		107
Prato	Arroz de pato com salada de alface, tomate e coentros	---	296
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	5ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Sopa de espinafres		97
Prato	Peixe-espada grelhado com batata cozida e salada de alface, tomate e pimento	Contém peixe	185
Sobremesa	2 Variedade de Fruta da época		50-100

	6ªFEIRA	ALERGÉNIOS	VALOR NUTRICIONAL (KCAL)/ POR DOSE
Sopa	Crema de abóbora com hortelã		104
Prato	Rancho de carne (porco e frango) com grão, massa, couve lombarda e cenoura	---	216
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.