


Ementa Do Refeitório - Semana de 01 a 07 de janeiro de 2024

Segunda-feira (Almoço)	Dia 1	Segunda-feira (Jantar)
creme de alho-francês e cenoura	Sopa	creme de alho-francês e cenoura
Anho Assado com batata assada e arroz	Prato	Meia desfeita de bacalhau, ovo, grão de bico e batata
Cenoura raspada	Legumes	Salada de tomate
Anho Assado com batata assada e arroz triturado	Mole	Meia desfeita de bacalhau, ovo, grão de bico e batata triturada
Anho Assado com batata assada e arroz branco	Dieta	Meia desfeita de bacalhau, ovo, grão de bico e batata
Doces	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira (Almoço)	Dia 2	Terça-feira (jantar)
sopa de couve-coração	Sopa	sopa de couve-coração
Rissóis de camarão com arroz de legumes	Prato	Esparguete de Frango
Couve-coração	Legumes	Salada de tomate
Arroz de Peixe triturado	Mole	Espaguete de frango triturado
Arroz de Peixe em branco	Dieta	Esparguete de frango em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira (almoço)	Dia 3	Quarta-feira (jantar)
Creme de brócolos	Sopa	Creme de brócolos
Ovos mexidos e arroz ervilhas	Prato	Abrótea cozida com batata cozida
Salada de tomate	Legumes	Brócolos
Ovos mexidos com arroz ervilhas trituradas	Mole	Abrótea cozida com batata cozida triturada
Arroz de frango em branco	Dieta	Abrótea cozida com batata cozida
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira (almoço)	Dia 4	Quinta-feira (jantar)
Sopa de alho francês e courgette	Sopa	Sopa de alho francês e courgette
Massada de peixe	Prato	Carne vaca estufada com arroz branco
Alho francês	Legumes	Macedónia
Massada de peixe triturado	Mole	Carne vaca estufada com arroz branco triturado
Massada de peixe em branco	Dieta	Carne vaca com arroz em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Sexta-feira (almoço)	Dia 5	Sexta-feira (jantar)
creme de feijão-verde	Sopa	Creme de feijão-verde
Bifanas com arroz branco	Prato	Solha frita de cebolada, pimentos com batata cozida
Cenoura raspada	Legumes	Pimentos
Bifanas com arroz branco triturado	Mole	Solha frita com batata cozida
Bifanas com arroz em branco	Dieta	Solha cozida com batata
Fruta da época	Sobremesa	fruta da época
Sábado (almoço)	Dia 6	Sábado (jantar)
Sopa Juliana	Sopa	Sopa Juliana Parabéns Luisa Manso
Bolinhos de bacalhau com feijão-frade	Prato	Febras grelhadas com arroz de legumes
Cenoura raspada	Legumes	Salada de tomate
Bolinhos de bacalhau com feijão-frade triturado	Mole	Febras grelhadas com arroz de legumes 
Peixe cozido com batata cozida	Dieta	Febras grelhada
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Domingo (almoço)	Dia 7	Domingo (jantar)
Creme de couve-flor	Sopa	Creme de couve-flor
Rojões com batata assada aos cubos e arroz	Prato	Carapau assado com batata cozida
Salada de tomate e cebola	Legumes	Salada de tomate
Rojões com batata assada aos cubos triturado	Mole	Pescada com batata cozida triturada
Arroz de carne em branco	Dieta	Carapau cozido com batata cozida
Gelatina	Sobremesa	Fruta da época

Observações: A ementa é suscetível a alterações não previstas. O prato das intolerâncias apenas esta disponível para os clientes que tem uma intolerância confirmada. Não é possível garantir que toos os pratos sejam isentos de algumas substâncias/ produtos que provocam alergias/intolerâncias: ¹ glúten, ² crustáceos e produtos à base de crustáceos, ³ ovos e produtos à base de ovos, ⁴ peixe e produtos à base de peixe, ⁵ amendoins e produtos à base de amendoins, ⁶ soja e produtos à base de soja, ⁷ leite e produtos à base de leite, ⁸ frutos de casca rija, ⁹ aipo e produtos à base de aipo, ¹⁰ mostrada e produtos a base de mostrada, ¹¹ sementes de sésamo e produtos a base de sementes de sésamo, ¹² dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³ tremoço e produtos á base de tremoços, ¹⁴ moluscos e produtos á base de moluscos. Para mais informações relativas a cada prato contacte um colaborador. Regulamento (EU) do Parlamento Europeu e do Conselho de 25 de outubro de 2011. Consulte as fichas técnicas para verificar os alergénios presentes em cada prato.

APPACDM MATOSINHOS
Rua Dr. Leonardo Coimbra, s/n
A Direção s. Mamede do Infante
Matosinhos, 4450-101
T: 22 504 646 800

