

Ementa Do Refeitório - Semana de 25 de dezembro a 31 de dezembro de 2023

Segunda-feira (Almoço)	Dia 25	Segunda-feira (Jantar)
Sopa de cenoura	Sopa	Sopa de cenoura Parabéns Vania
Rotti com recheio de alheira, batata assada e arroz	Prato	Farrapo velho 
Salada de alface e tomate	Legumes	brócolos
Rotti de alheira com arroz triturado	Mole	Farrapo Velho triturado
Rotti de alheira e arroz em branco	Dieta	Farrapo velho
Doces de Natal 	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira (Almoço)	Dia 26	Terça-feira (jantar)
creme de alho-francês e courgette	Sopa	creme de alho-francês e courgette
Bolinhos de bacalhau com arroz de feijão	Prato	Bifinhos de frango com cogumelos e arroz branco
Salada de alface	Legumes	cenoura raspada
Bolinhos de bacalhau com arroz triturado	Mole	Bifinhos de frango com cogumelos e arroz branco triturado
Arroz de peixe	Dieta	Bifinhos de frango com arroz branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira (almoço)	Dia 27	Quarta-feira (jantar)
sopa mediterrânea	Sopa	Sopa mediterrânea
espetada de peru grelhada com esparguete	Prato	Lombos s de salmão no forno com batata cozida
cenoura raspada	Legumes	couve coração salteada
espetada de peru grelhada com esparguete triturada	Mole	Filetes de salmão no forno com batata cozida triturado
espetada de peru grelhada com esparguete cozida	Dieta	Filetes de salmão com batata cozida
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira (almoço)	Dia 28	Quinta-feira (jantar)
Sopa couve-flor e couve coração	Sopa	Sopa couve-flor e couve coração
Pescada cozida com batata e couve coração	Prato	Fevera grelhada com massa de tomate
Couve coração	Legumes	cenoura ralada
Pescada cozida com batata cozida triturada	Mole	Fêvera grelhada com massa de tomate triturada
Pescada cozida com batata e couve coração	Dieta	Fêvera grelhada com massa cozida
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Sexta-feira (almoço)	Dia 29	Sexta-feira (jantar)
creme de abobora e cenoura	Sopa	Creme de abobora e cenoura
Bifes de fígado de vitela c/ cebolada e batata cozida	Prato	Arroz de maruca, alho francês e cenoura raspada
salada de alface	Legumes	alho-francês e cenoura
Bifes de fígado de vitela de cebolada com batata cozida triturado	Mole	Arroz de maruca triturado
Bifes de fígado de vitela com batata cozida	Dieta	Arroz de maruca em branco
Fruta da época	Sobremesa	fruta da época
Sábado (almoço)	Dia 30	Sábado (jantar)
Sopa de legumes	Sopa	Sopa de legumes
Farinha de pau de abrótea	Prato	Massa de carnes
espinafres	Legumes	Macedónia
Farinha pau de abrótea triturada	Mole	Massa de carnes triturada
Farinha pau de abrótea em branco	Dieta	Massa de carnes em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Domingo (almoço)	Dia 31	Domingo (jantar)
Creme de cenoura e couve-flor	Sopa	creme de cenoura e couve-flor 
Entrecosto no Forno com arroz e batata assada	Prato	Polvo à Lagareiro
Salada de tomate	Legumes	Couve salteada
Entrecosto no Forno com arroz triturado	Mole	Polvo à lagareiro com batata triturada
Entrecosto no forno em branco	Dieta	Polvo à lagareiro com batata cozida
Fruta da Época	Sobremesa	Doce

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.

Olivia Assunção