

Ementa Do Refeitório - Semana de 15 a 21 de janeiro de 2024

Segunda-feira (Almoço)	Dia 15	Segunda-feira (Jantar)
Sopa de Feijão Verde	Sopa	Sopa de Feijão Verde
Bifanas de porco estufadas c/ esparguete cozido ¹ (cebola, cenoura) e salada de alface	Prato Legumes	Pescada cozida c/ batatas cozidas ⁴ Macedônia de legumes cozida
Bifanas de porco trituradas e massa cozida triturada ¹	Mole	Pescada cozida triturada c/ puré de batata ⁴
Bifanas estufadas s/ legumes e massa cozida ¹	Dieta/Branco	Igual ao prato normal
Maçã	Sobremesa	Banana
Terça-feira (Almoço)	Dia 16	Terça-feira (jantar)
Sopa de C. coração	Sopa	Sopa de C. coração
Bacalhau à Gomes de Sá ⁴	Prato	Arroz de Carne de Vaca
Salada de alface e tomate	Legumes	Brócolos cozidos
Bacalhau à Gomes de Sá triturado ⁴	Mole	Arroz de carne de vaca triturado
Maruca cozida e batatas cozidas ⁴	Dieta/Branco	Idêntico ao prato geral
Laranja	Sobremesa	Pêra
Quarta-feira (almoço)	Dia 17	Quarta-feira (jantar)
Sopa de Cenoura e c. flor	Sopa	Sopa de Cenoura e c. flor
Coxas de frango estufadas c/ arroz branco (cebola, tomate) e feijão verde cozido	Prato Legumes	Tortilha de batata e pimento ^{3,5,6} Salada de alface e pepino
Frango estufado triturado e arroz triturado	Mole	Tortilha de batata e pimento triturada ^{3,5,6}
Idêntico ao prato geral	Dieta/Branco	Abrótea cozida c/ batata cozida ⁴
Banana	Sobremesa	Kiwi
Quinta-feira (almoço)	Dia 18	Quinta-feira (jantar)
Sopa de Nabo	Sopa	Sopa de Nabo
Salada quente de atum, batata cozida, feijão frade ^{4,12}	Prato	Fêveras de porco grelhadas c/ arroz de cenoura e c. coração ^{5,6}
Tomate, pepino e molho verde	Legumes	(cenoura, couve coração)
Atum triturado, puré de batata e puré de feijão ^{4,12}	Mole	Fêveras trituradas e puré de arroz c/ puré de legumes ^{5,6}
Pescada cozida c/ batata cozida ⁴	Dieta/Branco	Arroz de frango simples
Tangerina	Sobremesa	Maçã
Sexta-feira (almoço)	Dia 19	Sexta-feira (jantar)
Sopa de C. Portuguesa e grão ¹²	Sopa	Sopa de C. Portuguesa e grão ¹² Parabéns Carlos Joaquim
Bifinhos de peru c/ cogumelos e massa de laços ^{1,12}	Prato	Solha no forno c/ batatas assadas ⁴
Salada de alface	Legumes	Brócolos cozidos
Bifinhos de peru triturados c/ puré de massa ^{1,12}	Mole	Solha triturada c/ puré de batata ⁴
Bife de peru grelhado c/ massa cozida ^{1,12}	Dieta/Branco	Solha cozida c/ batata cozida ⁴
Kiwi	Sobremesa	Pêra
Sábado (almoço)	Dia 20	Sábado (jantar)
Sopa de Alho francês	Sopa	Sopa de Alho francês
Carapau de cebolada c/ batatas cozidas ⁴	Prato	Arroz à valenciana (frango)
Juliana salteada de repolho e cenoura	Legumes	Salada de alface e pepino
Maruca cozida triturada c/ puré de batata ⁴	Mole	Arroz à valenciana triturado
Maruca cozida c/ puré de batata ⁴	Dieta/Branco	Frango cozido c/ arroz branco
Banana	Sobremesa	Melão
Domingo (almoço)	Dia 21	Domingo (jantar)
Creme de cenoura	Sopa	Creme de cenoura
Empadão de arroz e carne picada no forno	Prato	Massada de perca ^{1,4}
Juliana salteada de repolho e cenoura	Legumes	(cebola, tomate, pimento)
Empadão de arroz e carne picada triturado	Mole	Massada de perca triturada ^{1,4}
Arroz branco e carne picada	Dieta/Branco	Perca cozida c/ massa cozida ¹
Gelatina	Sobremesa	Maçã



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 todos 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.

A Direção

APPACDM de Matosinhos

Dr. Leonardo Coimbra, s/n

4485-189 - Mamede de Infesta

Contribuição 2023 - 2024

Handwritten signature: Ana Carolina