

Ementa Do Refeitório - Semana de 5 a 11 de Fevereiro de 2024

Segunda-feira (Almoço)	Dia 5	Segunda-feira (Jantar)
Sopa de Cenoura e alho francês	Sopa	Sopa de Cenoura e alho francês
Jardineira de frango (batata, cebola, ervilha, cenoura, tomate) ¹²	Prato Geral	Farinha de pau c/ peixe (cebola, tomate, salsa)
(cebola, cenoura, tomate, ervilha)	Legumes	(cebola, tomate, salsa)
Frango estufado triturado c/ puré de batata	Mole	Farinha de pau c/ peixe ⁴
Coxas de frango estufado simples c/ batata cozida	Dieta Ligeira	Farinha de pau c/ peixe ⁴
Pêra	Sobremesa	Laranja
Terça-feira (Almoço)	Dia 6	Terça-feira (jantar)
Sopa de Espinafres	Sopa	Sopa de Espinafres
Rissóis de Camarão c/ arroz de tomate ^{1,3,4,5,6,7,12}	Prato Geral	Bife de peru grelhado c/ batatas ensalsadas ^{5,6}
Salada de alface e pepino	Legumes	Salada de tomate e cenoura raspada
Rissóis triturados c/ puré de arroz de tomate ^{1,3,4,5,6,7,12}	Mole	Bife de peru estufado triturado c/ puré de batata ensalsada
Pescada estufada simples c/ arroz branco ⁴	Dieta Ligeira	Bife de peru estufado c/ puré de batata simples
Banana	Sobremesa	Maçã
Quarta-feira (almoço)	Dia 7	Quarta-feira (jantar)
Sopa de c. coração	Sopa	Sopa de C. coração
Carne de vaca estufada c/ cogumelos e esparguete cozido ^{1,12}	Prato Geral	Pescada estufada (cebola, tomate, pimento) c/ arroz branco ⁴
Brócolos cozidos	Legumes	(cebola, tomate, pimento)
Carne de vaca estufada c/ cogumelos triturada e puré de massa ^{1,12}	Mole	Pescada estufada triturada c/ puré de arroz ⁴
Peru estufado c/ esparguete cozido ¹	Dieta Ligeira	Pescada estufada simples e arroz branco ⁴
Kiwi	Sobremesa	Pêra
Quinta-feira (almoço)	Dia 8	Quinta-feira (jantar)
Sopa de Abóbora e coentros	Sopa	Sopa de Abóbora e coentros
Empadão de batata c/ atum (cebola, tomate, coentros) ⁴	Prato Geral	Bife de peru grelhado c/ massa de laços cozida ^{1,5,6}
Repolho salteado	Legumes	Salada de alface e milho ¹²
Empadão de batata c/ atum ⁴	Mole	Bife de peru grelhado triturado c/ puré de massa ^{1,5,6}
Empadão de batata c/ atum ao natural	Dieta ligeira	Bife de peru grelhado c/ massa de laços cozida ^{1,5,6}
Gelatina	Sobremesa	Melão
Sexta-feira (almoço)	Dia 9	Sexta-feira (jantar)
Sopa de Feijão Verde	Sopa	Sopa de Feijão Verde
Arroz de pato no forno ⁷	Prato Geral	Abrótea cozida c/ batata cozida ⁴
Salada de alface e tomate	Legumes	Brócolos cozidos
Arroz de pato triturado ⁷	Mole	Abrótea cozida triturada c/ puré de batata ⁴
Arroz de pato simples s/ queijo	Dieta Ligeira	Abrótea cozida c/ batata cozida ⁴
Maçã	Sobremesa	Banana
Sábado (almoço)	Dia 10	Sábado (jantar)
Sopa de Repolho	Sopa	Sopa de Repolho
Salmão grelhado c/ batatas cozidas ¹⁴	Prato Geral	Frango estufado c/ esparguete estufado ¹
Feijão verde cozido	Legumes	(cebola, cenoura courgette)
Salmão triturado c/ puré de batata	Mole	Frango estufado triturado c/ puré de massa ¹
Pescada cozida c/ batata cozida	Dieta Ligeira	Frango estufado c/ esparguete estufado ¹
Laranja	Sobremesa	Pêra
Domingo (almoço)	Dia 11	Domingo (jantar)
Sopa de Nabo e Cenoura	Sopa	Sopa de Nabo e cenoura
Bifanas estufadas (cebola, cenoura) e massa espiral cozida ¹	Prato Geral	Arroz branco c/ omelete simples
Salada de alface	Legumes	Salada de alface e tomate
Bifanas estufadas trituradas c/ puré de massa ¹	Mole	Omelete triturada c/ puré de arroz ⁴
Frango estufado simples c/ massa espiral cozida ¹	Dieta Ligeira	Arroz de peixe ⁴
Pudim Flã ^{1,3,7}	Sobremesa	Laranja

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 tremçoço e produtos á base de tremçoços, 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

