

Ementa Do Refeitório - Semana de 20 a 26 de novembro de 2023

Segunda-feira (Almoço)	Dia 20	Segunda-feira (Jantar)
Creme de cenoura	Sopa	Creme de cenoura
Rissóis de carne com arroz branco	Prato	Pescada cozida com batata cozida
Cenoura raspada	Legumes	Couve coração e cenoura
Rissóis de carne com arroz branco triturado	Mole	Pescada cozida com batata cozida triturado
Arroz de frango	Dieta	Pescada cozida com batata cozida
Fruta de época	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira (Almoço)	Dia 21	Terça-feira (jantar)
Creme de courgette e alho-francês	Sopa	Creme de courgette e alho-francês
Empadão de atum	Prato	Alheira com batata cozida e legumes salteados
Salada de tomate	Legumes	Legumes salteados
Empadão de atum triturado	Mole	Alheira com batata cozida e legumes
Empadão de atum em branco	Dieta	Arroz de frango em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira (almoço)	Dia 22	Quarta-feira (jantar)
Creme de legumes	Sopa	Creme de legumes
Arroz de frango com cenoura	Prato	Abrótea Estufada com puré
Salada de alface	Legumes	Alho francês, pimento
Arroz de frango com cenoura triturada	Mole	Abrótea estufada com puré triturado
Arroz de frango branco	Dieta	Abrótea Estufada com puré
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira (almoço)	Dia 23	Quinta-feira (jantar)
Creme couve-coração e couve-flor	Sopa	Creme couve-coração e couve-flor
Bolinhos de bacalhau com arroz de legumes	Prato	Jardineira de aves (frango)
Salada de alface	Legumes	Cenoura, ervilhas, feijão-verde
Bolinhos de bacalhau com arroz branco triturado	Mole	Jardineira de carnes (frango) triturado
Arroz de peixe	Dieta	Jardineira de carnes (frango) em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Sexta-feira (almoço)	Dia 24	Sexta-feira (jantar)
Sopa de abobora e cenoura	Sopa	Sopa de abobora e cenoura
Febra grelhada com arroz de cenoura	Prato	Farinha de pau de abrótea
Cenoura raspada	Legumes	Alho- francês
Febra grelhada com arroz triturado	Mole	Farinha de pau de abrótea triturado
Febra grelhada com arroz branco	Dieta	Farinha de pau de abrótea em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Sábado (almoço)	Dia 25	Sábado (jantar)
Creme de couve-flor e abobora	Sopa	Creme de couve-flor e abobora
Francesinha com batata frita	Prato	Pescada no forno com batata e arroz
Salada de tomate	Legumes	Salada de tomate e alface
Peito de frango com arroz triturado	Mole	Pescada no forno com batata e arroz triturado
Peito de frango com arroz branco	Dieta	Pescada no forno com batata e arroz branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Domingo (almoço)	Dia 26	Domingo (jantar)
Creme de brócolos	Sopa	Creme de brócolos
Rojões com batata aos cubos e arroz	Prato	Meia desfeita de bacalhau, ovo, grão-de-bico e batata
Salada de tomate	Legumes	Salada de alface
Rojões com batata aos cubos e arroz triturado	Mole	Meia desfeita de bacalhau, ovo, grão-de-bico e batata triturado
Rojões arroz branco	Dieta	Bacalhau com batata cozida
Doce	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, 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. Consulte as fichas técnicas para verificar os alergénios presentes em cada prato.