

Ementa Do Refeitório - Semana de 06 de novembro a 12 de novembro 2023

Segunda-feira (Almoço)	Dia 06	Segunda-feira (Jantar)
creme de abobora	Sopa	creme de abobora
Almondegas estufadas com esparguete	Prato	atum com feijão-frade
cenoura raspada	Legumes	salada de alface
Almondegas estufadas com esparguete triturada	Mole	atum com feijão-frade triturado
Almondegas estufadas com esparguete	Dieta	arroz de atum
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira (Almoço)	Dia 07	Terça-feira (jantar)
Sopa de juliana	Sopa	Sopa de juliana
Abrótea cozida com batata cozida	Prato	Rissóis de carne com arroz de couve-coração
feijão-verde	Legumes	couve coração
Abrótea cozida com batata cozida triturada	Mole	Rissóis de carne com arroz de couve-coração triturado
Abrótea cozida com batata cozida	Dieta	arroz de frango
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira (almoço)	Dia 08	Quarta-feira (jantar)
Creme de alho-francês e courgette	Sopa	Creme de alho-francês e courgette
Esparguete com frango e cenoura	Prato	Perca grelhada com batata cozida
cenoura	Legumes	ervilhas, cenoura, feijão-verde
Frango estufado com esparguete triturados	Mole	Perca grelhada com batata cozida triturada
Frango com esparguete em branco	Dieta	Perca grelhada com batata cozida
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira (almoço)	Dia 09	Quinta-feira (jantar)
Sopa de couve-coração e cenoura	Sopa	Sopa de couve-coração e cenoura
Arroz de marisco	Prato	Panados de frango com arroz de ervilhas
pimento, alho-francês	Legumes	legumes
Arroz de marisco (ameijoas, delícias do mar, tintureira) triturado	Mole	Panados de frango com arroz de ervilhas
Arroz peixe em branco	Dieta	peito frango grelhado com arroz em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Sexta-feira (almoço)	Dia 10	Sexta-feira (jantar)
Creme de brócolos	Sopa	Creme de brócolos
Rojões com arroz branco e batata	Prato	Filetes de peixe frito com salada russa
Salada Alface e cebola	Legumes	grelhos salteados
Rojões com arroz branco e batata triturado	Mole	Filetes de peixe com batata cozida triturado
Rojões com arroz em branco	Dieta	Filetes de peixe com batata cozida
Fruta da época	Sobremesa	fruta da época
Sábado (almoço)	Dia 11	Sábado (jantar)
Sopa mediterrânea	Sopa	Sopa mediterrânea
salada de bacalhau com ovo, grão, cebola e salsa	Prato	Frango estufado c/ esparguete
salada alface	Legumes	cenoura raspada
salada de bacalhau com ovo, grão, cebola triturado	Mole	Frango estufado c/ esparguete
bacalhau com batata cozida	Dieta	Frango estufado c/ esparguete
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Domingo (almoço)	Dia 12	Domingo (jantar)
Creme de couve-flor	Sopa	Creme de couve-flor
Febra da Rabada c/batata assada e arroz branco	Prato	Carapau no forno com batata cozida
cenoura raspada, tomate e alface	Legumes	couve-coração salteada
Febra da rabada com batata assada e arroz branco	Mole	Carapau no forno com batata cozida triturado
Febra da rabada com batata assada e arroz branco	Dieta	Carapau cozido 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 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.

