

Ementa Do Refeitório - Semana de 19 a 25 de Agosto de 2024

Segunda-feira (Almoço)	Dia 19	Segunda-feira (Jantar)
Sopa de Repolho	Sopa	Sopa de Repolho
Atum com feijão frade e molho verde	Prato Geral	Solha no forno c/ batata assada ⁴
Salada de alface e pepino	Legumes	Feijão verde cozido
Atum com feijão triturado	Mole	Solha triturada c/ puré de batata ⁴
Pescada cozida com batata cozida	Dieta Ligeira	Solha no forno simples c/ batata cozida
Pêra / Puré de pêra	Sobremesa	Laranja / Puré de banana e laranja
Terça-feira (Almoço)	Dia 20	Terça-feira (jantar)
Sopa de Cenoura e lentilhas ¹²	Sopa	Sopa de Cenoura e lentilhas ¹²
Perca grelhada c/ batata cozida e molho verde ⁴	Prato Geral	Strogonoff de frango c/ esparguete cozido ¹
Salada de alface e tomate	Legumes	C. portuguesa salteada
Perca grelhada triturada c/ puré de batata e molho verde ⁴	Mole	Strogonoff de frango triturado c/ puré de massa ¹
Perca grelhada c/ batata cozida ⁴	Dieta Ligeira	Frango estufado simples c/ esparguete cozido ¹
Banana / Puré de banana e maçã	Sobremesa	Ameixa / Puré de ameixa
Quarta-feira (almoço)	Dia 21	Quarta-feira (jantar)
Canja de galinha	Sopa	Sopa de Alho francês
Rissóis de carne no forno c/ arroz de cenoura e ervilhas e	Prato Geral	Salmão no forno c/ limão e batatas cozidas ⁴
Salada de alface e pepino	Legumes	Salada de alface e tomate
Rissóis de carne triturados no forno c/ arroz de cenoura e ervilhas	Mole	Salmão no forno triturado c/ puré de batata ⁴
Bife de frango grelhado com arroz branco	Dieta Ligeira	Abrótea cozida c/ batata cozida ⁴
Nectarina / puré de nectarina	Sobremesa	Maçã / puré de maçã
Quinta-feira (almoço)	Dia 22	Quinta-feira (jantar)
Sopa de Feijão verde	Sopa	Sopa de Feijão Verde
Hambúguer grelhado c/ batata frita ^{4,5,6,7,12}	Prato Geral	Esparguete com Frango
Salada de alface e tomate	Legumes	(cenoura)
Hambúguer triturado c/ batatas trituradas ^{4,5,6,7,12}	Mole	Frango triturado c/ puré de esparguete ¹
Hambúguer grelhado simples c/ arroz branco ^{5,6}	Dieta ligeira	Frango cozido c/ cenoura e esparguete cozida ¹
Pêra/ puré de pêra	Sobremesa	Banana / Puré de banana e maçã
Sexta-feira (almoço)	Dia 23	Sexta-feira (jantar)
Sopa de C. coração e feijão vermelho ¹²	Sopa	Sopa de C. coração e feijão vermelho ¹²
Lombo de porco no forno c/ arroz grego	Prato Geral	Caldeirada de bacalhau c/ açafreão ¹⁴
Juliana de repolho e cenoura	Legumes	(cebola, tomate, pimento)
Lombo de porco triturado c/ arroz grego	Mole	Caldeirada de de bacalhau c/ açafreão triturado ⁴
Estufado de frango e batata estufada	Dieta Ligeira	Pescada cozida c/ batata cozida ⁴
Maçã / puré de maçã	Sobremesa	Laranja / puré de laranja e pêra
Sábado (almoço)	Dia 24	Sábado (jantar)
Sopa Abóbora e C. flor	Sopa	Sopa Abóbora e C. flor
Dourada no forno c/ batatas assadas ⁴	Prato Geral	Bife de peru grelhado c/ massa de laços cozidas ^{1,5,6}
Brócolos cozidos	Legumes	Salada de alface e cenoura raspada
Dourada no forno triturada c/ puré de batata ⁴	Mole	Bife de peru triturado c/ puré de massa ^{1,5,6}
Dourada no forno simples c/ batata assada simples	Dieta Ligeira	Bife de peru grelhado c/ massa de laços cozida ^{1,5,6}
Melão / puré de melão	Sobremesa	Pêra / puré de pêra
Domingo (almoço)	Dia 25	Domingo (jantar)
Sopa de Espinafres	Sopa	Sopa de Espinafres
Frango assado c/ arroz branco e batata assada	Prato Geral	Estufado de batata e pescada ⁴
Juliana de repolho e cenoura salteados	Legumes	(cenoura, alho francês) e Feijão verde cozido
Frango triturado c/ puré de arroz	Mole	Pescada estufada triturada e puré de batata ⁴
Frango assado simples c/ arroz branco e batata assada	Dieta Ligeira	Pescada cozido c/ batata cozida ⁴
Mousse de Chocolate ^{3,7}	Sobremesa	Banana / puré de banana e 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.

