



ementa

06 a 12 FEVEREIRO de 2023
ALMOÇO



Quinta-feira

Sopa

Sopa de alho francês

Carne

Arroz à Valenciana[1, 2, 6, 9, 10, 14]

Peixe

Pasteis de bacalhau (unidade)

Vegetariano

Beringela recheada[3, 6, 7, 14]

Segunda-feira

Sopa

Sopa de espinafres[9]

Carne

Frango frito à Angolana (c/ arroz e batatas fritas)[1, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14]

Peixe

Peixe espada grelhado (Peixe espada grelhado c/ molho de laranja)[4]

Vegetariano

Crepe de Legumes Grelhados[1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 14]

Sexta-feira

Sopa

Caldo verde[1, 6, 14]

Carne

Costeletas à lagareiro (c/ batata a murro e migas)[1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 14]

Peixe

Tintureira assada no forno (c/ batata assada)[1, 4, 9, 10, 11, 14]

Vegetariano

Caril de seitan (c/ arroz branco)[1, 6, 7, 9]

Terça-feira

Sopa

Sopa de feijão verde

Carne

Rancho à Portuguesa[1, 3, 6, 8, 9, 10, 11, 14]

Peixe

Solha frita c/ arroz de legumes (c/ arroz de legumes)[1, 4, 6, 9]

Vegetariano

Salteado de legumes (massa fusili, legumes salteados na frigideira)[1, 3, 9]

SÁBADO

Sopa

Sopa de ervilhas[9]

Carne

Frango na púcara (c/ batatas fritas e arroz branco)[1, 9, 10, 11, 14]

Peixe

Bacalhau espiritual (c/ molho de natas e cenoura)[1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11]

Vegetariano

Pataniscas de legumes (c/ arroz de legumes)[1, 3, 6, 9, 14]

Quarta-feira

Sopa

Sopa de grão com Hortalíça

Carne

Lombo recheado (c/ linguiça, batata assada e arroz branco)[1, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 14]

Peixe

Massada de peixe[1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 13]

Vegetariano

Alho francês à brás (c/ ovo mexido e batata palha)[1, 3, 6, 7, 9, 10]

DOMINGO

Sopa

Creme de legumes

Carne

Carne de porco à Alentejana estufada (c/ batata cozida)[1, 2, 4, 6, 9, 10, 11, 13, 14]

Peixe

Bacalhau à Guida (c/ molho de marisco e bechamel, camarão e batata frita aos cubos)[1, 2, 3, 4, 6, 7, 14]

Vegetariano

Alheira vegetariana (c/ ovo estrelado, batata frita e arroz)[1, 3, 14]

Se é alérgico ou intolerante a alguma das substâncias a seguir discriminadas peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa

LEGENDA (? = pode conter)

- | | | | | | | | |
|-----------|---------------|------------------------|--------------|--------------|---------------------------------|----------|----------------------|
| 1 GLÚTEN | 2 CRUSTÁCEOS | 3 OVOS | 4 PEIXE | 5 AMENDOIM | 6 SOJA | 7 LEITE | 8 FRUTOS CASCA RIJA |
| 9 AIPO | 10 MOSTARDA | 11 SEMENTES DE SESAMO | 12 TREMOÇOS | 13 MOLUSCOS | 14 SULFITOS/DIÓXIDO DE ENXOFRE | | |

A ementa pode ser alterada, por imprevistos de carácter excecional, motivados pelo fornecimento de matérias-primas ou anomalias dos equipamentos de cozinha.



ementa

06 a 12 FEVEREIRO de 2023
JANTAR



Quinta-feira

Sopa

Sopa de alho francês

Carne

Arroz à Valenciana[1, 2, 6, 9, 10, 14]

Peixe

Pasteis de bacalhau (unidade)

Vegetariano

Beringela recheada[3, 6, 7, 14]

Segunda-feira

Sopa

Sopa de espinafres[9]

Carne

Frango frito à Angolana (c/ arroz e batatas fritas)[1, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14]

Peixe

Peixe espada grelhado (Peixe espada grelhado c/ molho de laranja)[4]

Sexta-feira

Sopa

Caldo verde[1, 6, 14]

Carne

Costeletas à lagareiro (c/ batata a murro e migas)[1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 14]

Peixe

Tintureira assada no forno (c/ batata assada)[1, 4, 9, 10, 11, 14]

Vegetariano

Caril de seitan (c/ arroz branco)[1, 6, 7, 9]

Terça-feira

Sopa

Sopa de feijão verde

Carne

Rancho à Portuguesa[1, 3, 6, 8, 9, 10, 11, 14]

Vegetariano

Salteado de legumes (massa fusili, legumes salteados na frigideira)[1, 3, 9]

SÁBADO

Acompanhamentos extra

Sopa de ervilhas[9]

Bacalhau espiritual (c/ molho de natas e cenoura)[1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11]

Frango na púcara (c/ batatas fritas e arroz branco)[1, 9, 10, 11, 14]

Pataniscas de legumes (c/ arroz de legumes)[1, 3, 6, 9, 14]

Quarta-feira

Sopa

Sopa de grão com Hortalíça

Carne

Lombo recheado (c/ linguiça, batata assada e arroz branco)[1, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 14]

Peixe

Massada de peixe[1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 13]

Vegetariano

Alho francês à brás (c/ ovo mexido e batata palha)[1, 3, 6, 7, 9, 10]

DOMINGO

Sopa

Crema de legumes

Carne

Carne de porco à alentejana (c/ batata frita e azeitonas)[1, 2, 4, 6, 9, 10, 11, 13, 14]

Peixe

Bacalhau à Guida (c/ molho de marisco e bechamel, camarão e batata frita aos cubos)[1, 2, 3, 4, 6, 7, 14]

Vegetariano

Alheira vegetariana (c/ ovo estrelado, batata frita e arroz)[1, 3, 14]