



ementa

02 a 08 OUTUBRO de 2023
ALMOÇO



Elaborado por:

Segunda-feira

Sopa

Sopa juliana

Prato

Costeleta de porco grelhada (c/ arroz branco)

Saladas

Salada Mista (Salada Mista dose normal)[14]

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

Costeleta de porco grelhada (c/ arroz branco)

Terça-feira

Sopa

Creme de legumes (Água, batata, cenoura, cebola, brócolos, couve-flor, courgete)

Prato

Lombo de porco assado c/ puré[1, 7, 9, 10, 11, 14]

Saladas

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Pastosa Especial

Lombo de porco assado c/ puré[1, 7, 9, 10, 11, 14]

Quarta-feira

Sopa

Sopa de feijão verde

Prato

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

Saladas

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Pastosa Especial

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

Quinta-feira

Sopa

Sopa de espinafres[9]

Prato

Arroz de pato à moda antiga[1, 6, 9, 10, 14]

Saladas

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Pastosa Especial

Arroz de pato à moda antiga[1, 6, 9, 10, 14]

Sexta-feira

Sopa

Caldo verde[1, 6, 14]

Prato

Frango assado no forno (c/ batata e legumes)[1, 9, 10, 11, 14]

Saladas

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Pastosa Especial

Frango assado no forno (c/ batata e legumes)[1, 9, 10, 11, 14]

SÁBADO

Sopa

Sopa de grão com Hortalíça

Prato

Carne de porco à Portuguesa (c/ batata frita)[6, 14]

Saladas

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

Carne de porco à Portuguesa (c/ batata frita)[6, 14]

DOMINGO

Sopa

Creme de cenoura (Água, batata, cenoura, cebola)

Prato

Esparquete à bolonhesa[1, 3]

Saladas

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

Esparquete à bolonhesa[1, 3]

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

02 a 08 OUTUBRO de 2023
JANTAR



Elaborado por:

Segunda-feira

Sopa

Sopa juliana

Prato

Peixe assado no forno (c/ batata assada e couve salteada)[1, 4, 9, 10, 11, 14]

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

Peixe assado no forno (c/ batata assada e couve salteada)[1, 4, 9, 10, 11, 14]

Terça-feira

Sopa

Creme de legumes (Água, batata, cenoura, cebola, brócolos, couve-flor, courgete)

Prato

Arroz de peixe c/ legumes (RC)[1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 13]

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

Arroz de peixe c/ legumes (RC)[1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 13]

Quarta-feira

Sopa

Sopa de feijão verde

Prato

Filetes de pescada (c/ arroz de tomate)[1, 3, 4, 6, 9, 14]

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

Filetes de pescada (c/ arroz de tomate)[1, 3, 4, 6, 9, 14]

Quinta-feira

Sopa

Sopa de espinafres[9]

Prato

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

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

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

Sexta-feira

Sopa

Caldo verde[1, 6, 14]

Prato

Peixe espada grelhado (c/ arroz primavera)[4]

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

Peixe espada grelhado (c/ arroz primavera)[4]

SÁBADO

Sopa

Sopa de grão com Hortalíça

Prato

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

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

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

DOMINGO

Sopa

Creme de cenoura (Água, batata, cenoura, cebola)

Prato

Arroz de bacalhau[4]

Sobremesa

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Pastosa Especial

Arroz de bacalhau[4]

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 SÊSAMO
- 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.