



Semana de 16 a 20 de outubro de 2023 - ementa 6

SEGUNDA	DESCRIÇÃO	
	SOPA	Curgete (crugete, nabo e alho-francês)
SEGUNDA	PRATO	Hambúrguer de aves no forno com molho de cenoura e esparguete
	VEGETARIANA	Hambúrguer vegetariana com molho de cenoura e esparguete
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
TERÇA	SOPA	Juliana de legumes (cenoura, repolho, abóbora e curgete)
	PRATO	Arroz de atum em empadão com rodelas de ovo cozido
	VEGETARIANA	Seitan salteado com arroz e legumes
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUARTA	SOPA	Sopa de lentilhas e batata-doce
	PRATO	Strogonoff de frango com cogumelos e massa tricolor
	VEGETARIANA	Tofu estufado com bróculos e massa
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUINTA	SOPA	Caldo verde
	PRATO	Bacalhau no forno com cebolada(bacalhau, batata, ovos, ervilhas, azeitonas e salsa)
	VEGETARIANA	Salada de batata com repolho, feijão frade e milho
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
SEXTA	SOPA	Grão com espinafres
	PRATO	Bifes de porco estufados com arroz de feijão
	VEGETARIANA	Lentilhas estufadas com cenoura e cenoura e molho de tomate e arroz
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Gelatina/Fruta da época
	BEBIDA	Água

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.