

SEMANA de 2 a 6 de junho de 2025 - ementa 3

		DESCRIÇÃO	Kcal
SEGUNDA	SOPA	Sopa Bonita (cenoura, batata, repolho e ovo)	
	PRATO	Lasanha de carne de vaca	
	VEGETARIANO	Lasanha de espinafres e soja	
	SALADA	Salada/ Legumes cozidos (brócolos, couve-flor, cenoura)	
	SOBREMESA	Fruta da época	
	BEBIDA	Água	
TERÇA	SOPA	Sopa à Lavrador (feijão encarnado, couve, cenoura, massa)	
	PRATO	Douradinhos no forno, salada russa com macedónia	
	VEGETARIANO	Salada russa com macedónia e grão de bico e favas	
	SALADA	Salada	
	SOBREMESA	Fruta da época	
	BEBIDA	Água	
QUARTA	SOPA	Creme de couve-flor com alho-frances	
	PRATO	Bifes de porco estufados em molho de tomate com arroz de cenoura e feijão	
	VEGETARIANO	Arroz de ervilhas e legumes (arroz, ervilhas, tomate, pimentos)	
	SALADA	Salada/ Legumes cozidos (brócolos)	
	SOBREMESA	Fruta da época	
	BEBIDA	Água	
QUINTA	SOPA	Sopa de ervilha e abóbora	
	PRATO	Macarrão com atum gratinado, ovo cozido, feijão frade e cenoura	
	VEGETARIANO	Cuscus com legumes, milho e feijão-frade	
	SALADA	Salada	
	SOBREMESA	Fruta da época/ Gelatina	
	BEBIDA	Água	
SEXTA	SOPA	Canja	
	PRATO	Pernas de frango assadas com pimentos e puré de batata	
	VEGETARIANO	Seitan à jardineira (batatas, cenoura, ervilhas, feijão verde, molho de tomate)	
	SALADA	Salada/ Legumes salteados (sortido legumes à juliana)	
	SOBREMESA	Fruta da época	
	BEBIDA	Água	

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 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.