

EUROESSEN

Ementa Almoço

SEMANA 4

		*ALERG	VE (kj)	VE (kcal)	LIP (g)	AGS (g)	HC (g)	AÇ (g)	PR (g)	SAL (g)
SOPA	Legumes	*	220	79	2	0	7	2	2	2
PRATO	Atum com massa	*1,2,4,6,14	846	202	16	4	6	7	16	0
SALADA	Alface e cenoura	*	168	40	0,3	0	15,7	5,4	4	0
SOBREMESA	Fruta da época									
SOPA	Camponesa	*	293	70	3	0	9	1	2	3
PRATO	Pá de porco assada com arroz	*1;2;3;4;7;12;14	1242	296	6	2	44	44	14	1
SALADA	Alface e couve roxa	*	224	61	0,5	0	9	8,1	3	0
SOBREMESA	Gelatina	*	389	93	0	0	22	22	2	0,0
SOPA	Cenoura	*	294	70	3	0	10	2	1	3
PRATO	Douradinhos c/ salada russa	*4;14	928	222	3	1	23	25	15	0
SALADA	Alface e tomate	*	157	38	0,5	0	15	4,6	4,6	0
SOBREMESA	Fruta da época									
SOPA	Alho francês	*	318	76	3	0	11	2	2	3
PRATO	Bifanas c/ arroz de legumes	*1,2,3,4,5,6,7,10,11,14	2183	521	16	3	81	2	10	0
SALADA	Cenoura , milho e couve roxa	*	224	61	0,5	0	9	8,1	3	0
SOBREMESA	Fruta da época									
SOPA	Couve-Flor	*	281	67	3	0	9	2	2	0,1
PRATO	Bacalhau c/ batata	*1,2,4,6,14	539	129	5	1	8	9	13	0
SALADA	Alface e cenoura	*	168	40	0,3	0	15,7	5,4	4	0
SOBREMESA	Fruta da época									

Declaração Nutricional para valores médios de 100g ou 100ml, estimada a partir da Tabela de Composição de Alimentos e da informação disponibilizada pelos fornecedores (DQSA Euroessen).
Legenda: ALERG (alergénios), VE (energia kilojoules e kilocalorias), LIP (lipídios), AGS (ácidos gordos saturados), HC (hidratos de carbono), AÇ (açúcares), PRQ (proteínas), SAL (sal), g (gramas).

n.a.- não aplicável

Substâncias ou produtos que provocam alergias ou intolerâncias



1. Glúten



2. Ovos



3. Peixe



4. Soja



5. Alpino



6. Leite



7. Crustáceos



8. Amendoim



9. Tremoço



10. Mostarda



11. Sésamo



12. Molusco



13. Frutos Casca Rija



14. Dióxido de enxofre e sulfitos

* Se é alérgico ou intolerante a alguma das substâncias identificadas na imagem, por transferência ou utilização na preparação/confeção, pode estar presente no alimento que pretende consumir. Solicite informação ao colaborador responsável e para esclarecimentos adicionais contacte: qualidade@euroessen.pt.