



EMENTA

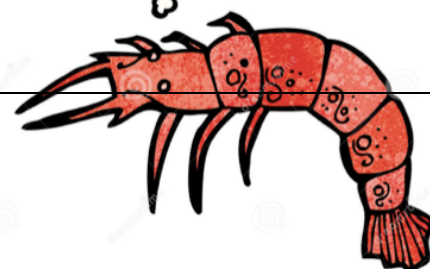
23 a 27 Setembro

2019



2ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Creme cenoura e couve coração Costeleta grelhada e arroz de cenoura Rodinhas de pepino Fruta da época
3ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Sopa de couve-flor Bacalhau à Espanhola ⁴ Salada de feijão-verde Gelatina ^{1,3,6,7,8,12}
4ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Creme de espinafres e curgete Massa com frango e legumes ^{1,3} Cenoura raspada Fruta da época
5ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Sopa de feijão-verde Douradinhos no forno com arroz de brócolos ^{1,3,4} (Brócolos) Fruta da época
6ª Feira	Sopa Prato Hortícolas Sobremesa	Sopa de abóbora e couve galega Vitela assada no forno com batatinhas Salada de tomate, alface e cenoura Fruta da época

ALERGIA
A
MARISCO



NOTA: A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1- Glúten; 2- Crustáceos/Marisco; 3- Ovos; 4- Peixe e produtos à base de peixe; 5- Amendoins; 6- Soja; 7- Leite/Lactose; 8- Frutos de Casca Rija; 9- Aipo; 10- Mostarda; 11- Sementes de sésamo; 12- Dióxido de Enxofre e Sulfitos; 13- Tremoços; 14- Moluscos

Alergia a Marisco (Crustáceos) e Moluscos

Alimentos a excluir

Caranguejo; Lagosta; Camarão; Mexilhão; Ostras; Ameijoas; Lulas; Polvo; Chocos.

Preparações culinárias/receitas

Molho de francesinha, arroz de marisco, receitas de peixe com molho de marisco, arroz de peixe, caldeirada de peixe, massa de peixe, paté, recheios de sandes, empadas, rissóis.

Alimentos processados que podem conter o alérgeno

Molho de francesinha, arroz de marisco, receitas de peixe com molho de marisco, arroz de peixe, caldeirada de peixe, massa de peixe, *linguine* com tinta de choco, empadas, rissóis, paté, sopas pré-confeccionadas.

EMENTA ELABORADA POR: DRA SANDRA PEIXOTO

NUTRICIONISTA C. P. 0934N ORDEM DOS
NUTRICIONISTAS