

25 a 29 de Setembro

ALMOÇO		
Segunda-feira	Sopa	Feijão vermelho
	Geral	Abrótea no forno com arroz de legumes ^{4,12}
	Legumes	Alface e cebola
	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira	Sopa	Couve coração e cenoura
	Geral	Empadão de Carnes ^{3,7}
	Legumes	Alface e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa	Creme de cenoura e courgette
	Geral	Douradinhos no forno com esparguete ^{1,3,4}
	Legumes	Alface e cebola
	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa	Feijão verde
	Geral	Tirinhas de peru salteadas com cogumelos e arroz branco
	Legumes	Brócolos
	Sobremesa	Fruta da época
Sexta-feira	Sopa	Abóbora e cenoura
	Geral	Meia desfeita de paloco (batata, ovo, grão-de-bico) ^{3,4}
	Legumes	Tomate
	Sobremesa	Fruta da época

Nota: A ementa está sujeita a alterações sendo os utentes/clientes previamente avisados, sempre que possível.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: **1 - Cereais que contêm glúten, 2 - Crustáceos, 3 - Ovos, 4 - Peixes, 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 - Tremoço, 14 - Moluscos.** Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas

Para informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

Nutricionista :Ana Cláudia Ferreira | 2070N

Dia	Ementa alternativa