

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Segunda-Feira	Sopa	Macedónia de legumes							
	Prato	409,7	97,9	1,4	0,2	14,6	3,8	0,2	5,9
	Salada	Arroz de abrótea com coentros ⁽⁴⁾							
	Sobremesa	1606,1	383,9	9,5	1,4	48,5	25,1	0,4	1,3
	Pão	325,5	77,8	0,6	0,1	8,4	5,9	0,1	3,7
		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
		/ 351,9	/ 84,1	/ 0,7	/ 0,1	/ 17,9	/ 0,3	/ 0,0	/ 17,9

Podem ser solicitadas a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Terça-Feira	Sopa	Creme de ervilhas com couve flor							
	Prato	487,2	116,4	1,5	0,2	16,2	5,9	0,2	7,0
	Salada	Frango assado com arroz de cenoura							
	Sobremesa	2300,6	549,8	28,1	5,8	41,9	31,1	0,5	2,6
	Pão	167,4	40,0	0,2	0,0	5,2	2,4	0,2	5,1
		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8

Podem ser solicitadas a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Quarta-Feira	Sopa	Alho francês							
	Prato	380,1	90,8	1,3	0,2	14,5	3,1	0,2	5,6
	Salada	Cardinal estufado ⁽⁴⁾ com batata, cenoura e ervilhas							
	Sobremesa	1291,8	308,7	11,2	1,7	28,8	19,1	0,7	6,0
	Pão	159,7	38,2	0,5	0,1	4,0	2,8	0,0	3,9
		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8

Podem ser solicitadas a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Quinta-Feira	Sopa	Feijão branco com couve lombarda							
	Prato	500,8	119,7	1,4	0,2	17,2	5,7	0,2	6,0
	Salada	Arroz de carnes mistas (vaca e porco)							
	Sobremesa	2177,8	520,5	20,3	5,4	50,7	32,1	0,6	3,2
	Pão	374,8	89,6	0,6	0,1	9,3	7,2	0,0	4,4
		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
		/ 617,6	/ 147,6	/ 1,7	/ 0,9	/ 28,0	/ 4,7	/ 0,1	/ 12,4

Podem ser solicitadas a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sexta-Feira	Sopa	Creme de abóbora com feijão verde							
	Prato	404,6	96,7	1,3	0,2	15,6	3,1	0,2	6,3
	Salada	Massa de atum com legumes (cenoura, couve flor e ervilhas) ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾							
	Sobremesa	2416,8	577,6	24,7	2,5	45,6	38,3	1,5	7,4
	Pão	300,3	71,8	0,7	0,1	7,9	5,1	0,0	3,4
		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8

Podem ser solicitadas a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.

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) Alho, (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 inofensivos. Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. Declaração nutricional: valores por dose, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. Legenda: VE - Valor energético, Lip. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas.