



ementa

12 a 16 AGOSTO de 2024



Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

Se é alérgico ou intolerante a alguma das substâncias a seguir discriminadas peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa

Segunda-feira

Suplemento da manhã

Bolachas^[1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 14]

Sopa

Sopa de legumes

Prato

Bife de porco grelhado c/ arroz e salada de alface e milho^[14]

Dieta

Bife de porco grelhado c/ arroz e salada de alface e milho^[14]

Vegetariano

Hamburguer vegetariano grelhado c/ arroz e salada de alface e milho^[1, 3, 7, 9, 10, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

Leite e pão c/ manteiga ^[1, 7]

Terça-feira

Suplemento da manhã

Maçã

Sopa

Sopa à lavrador^[1, 3]

Prato

solha assada ao natural c/ salada russa^[4, 9, 10, 11]

Dieta

solha assada ao natural c/ salada russa^[4, 9, 10, 11]

Vegetariano

Salada de feijão-frade c/ batata, brócolos e cenoura^[6, 12, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

Leite e pão c/ queijo^[1, 3, 7]

Quarta-feira

Suplemento da manhã

Pão ^[1]

Sopa

Sopa de alho francês

Prato

Peitinhos de frango estufados ao natural c/ arroz e salada de alface e pimento^[9, 10, 11, 14]

Dieta

Peitinhos de frango estufados ao natural c/ arroz e salada de alface e pimento^[9, 10, 11, 14]

Vegetariano

Lentilhas estufadas c/ legumes e massa ^[1, 3, 9, 10, 11]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

logurte e pão c/ manteiga ^[1, 7]

Quinta-feira

Suplemento da manhã

Pera

Sopa

Sopa de agrião

Prato

Espetada de frango grelhada c/ arroz de cenoura e salada de alface e curgete ^[14]

Dieta

Espetada de frango grelhada c/ arroz de cenoura e salada de alface e curgete ^[14]

Vegetariano

Feijoada de curgete c/ arroz de cenoura^[6, 12, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

logurte e pão c/ queijo fresco de barrar ^[1, 7]

LEGENDA (? = pode conter)

- 1 GLÚTEN
- 2 CRUSTÁCEOS
- 3 OVOS
- 4 PEIXE
- 5 AMENDOIM
- 6 SOJA
- 7 LEITE
- 8 FRUTOS CASCA RIJA
- 9 AIPO
- 10 MOSTARDA
- 11 SEMENTES DE SÊSAMO
- 12 TREMOÇOS
- 13 MOLUSCOS
- 14 SULFITOS/DIÓXIDO DE ENXOFRE

A ementa pode ser alterada, por imprevistos de carácter excepcional, motivados pelo fornecimento de matérias-primas ou anomalias dos equipamentos de cozinha.