



EMENTA DE SAD

Mês: Junho 2018

	Semana de 04 a 08 de Junho de 2018	Alergénios	Semana de 11 a 15 de Junho de 2018	Alergénios
2. ^a Feira	Sopa: Agrião Prato: Bife de porco grelhado com esparguete e salada de alface e tomate Dieta: Bife de porco grelhado com esparguete e salada de alface e tomate Sobremesa: Pera	Glúten; Ovo; Sulfitos	Sopa: Ervilhas Prato: Salmão grelhado com batata, feijão-verde e cenoura cozida Dieta: Salmão no forno com batata, feijão-verde e cenoura cozida Sobremesa: Melancia	Peixe
3. ^a Feira	Sopa: Juliana Prato: Pescada com todos Dieta: Pescada cozida com batata, feijão-verde e cenoura cozida Sobremesa: Maçã	Peixe; Ovo	Sopa: Grão com Espinafres Prato: Rolo de carne no forno com esparguete e salada de tomate e pepino Dieta: Rolo de carne no forno com esparguete e salada de tomate e pepino Sobremesa: Morangos	Glúten; Ovo; Sulfitos
4. ^a Feira	Sopa: Camponesa Prato: Arroz de frango no forno com salada de alface e couve roxa Dieta: Frango grelhado com arroz e salada de alface e couve roxa Sobremesa: Abacaxi	Ovo; Sulfitos	Sopa: Macedónia Prato: Carapau grelhado com molho à espanhola com batata, brócolos e cenoura cozida Dieta: Carapau grelhado com batata, brócolos e cenoura cozida Sobremesa: Laranja	Peixe
5. ^a Feira	Sopa: Lavrador Prato: Salada russa Dieta: Salada russa (sem maionese) Sobremesa: Banana	Peixe; Ovo	Sopa: Primavera Prato: Arroz à Valenciana Infantil com salada mista Dieta: Bife de frango grelhado com arroz e salada mista Sobremesa: Maçã	Sulfitos, glúten
6. ^a Feira	Sopa: Caldo verde Prato: Perna de peru no forno com arroz alegre, com salada de tomate e pepino Dieta: Perna de peru no forno c/ arroz e salada de tomate e pepino Sobremesa: Gelatina	Sulfitos	Sopa: Hortalíça Prato: Pastéis de bacalhau com arroz de tomate e salada de alface e couve roxa Dieta: Pescada no forno com arroz e salada de alface e couve roxa Sobremesa: Banana	Peixe; Glúten; Amendoim; Ovo
Sáb	Sopa: Alho francês Sopa: Feijão encarnado Prato: Feijoada de pota Dieta: Pota estufada com arroz Sobremesa: Pera	Molúsculos; Sulfitos	Sopa: Cenoura e massinhas Sopa: Canja Prato: Mão de vaca com grão Dieta: Cubos de vaca estufados com cenoura em batata cozida Sobremesa: Melancia	

- As ementas só deverão ser alteradas, por motivos de força maior. (Caso os alimentos se encontrem esgotados no ato da compra).

Para qualquer esclarecimento ou dúvida acerca da ementa ou alergénios contactar a equipa de nutrição.

Esta ementa pode conter alergénios de forma directa ou cruzada. A instituição dispõe de equipa de nutricionistas para seguimento de casos específicos.

Elaborado por nutricionista: 3022N