



EMENTA DE SAD

Mês: Agosto_ Setembro 2018

	Semana de 27 a 31 de Agosto de 2018	Alergénios	Semana de 03 a 07 de Setembro de 2018	Alergénios
2. ^a Feira	Sopa: Canja Prato: Jardineira de frango Dieta: Frango estufado simples com batata e cenoura cozidas Sobremesa: Nectarinas		Sopa: Ervilhas Prato: Salada de atum com ovo e feijão-frade Dieta: Salada de pescada com batata Sobremesa: Maçã	Peixe; Sulfitos
3. ^a Feira	Sopa: Feijão-verde Prato: Massada de peixe com legumes incorporados Dieta: Pescada cozida com batata, feijão-verde e cenoura cozida Sobremesa: Laranja	Peixe; Ovo; Glúten.	Sopa: Grão com Espinafres Prato: Vitela estufada com macarrão e salada de tomate e pepino Dieta: Cubos de vitela estufados simples com macarronete e salada de tomate e pepino Sobremesa: Pêssego	Glúten; Ovo;
4. ^a Feira	Sopa: Camponesa Prato: Panados de peru com arroz de feijão e, salada de alface e couve roxa Dieta: Bife de peru grelhado com arroz e, salada de alface e couve roxa Sobremesa: Melão	Glúten; Ovo; Amendoim	Sopa: Caldo-verde Prato: Rissóis de pescada com arroz de tomate e salada de alface e couve roxa Dieta: Perca grelhada com arroz e salada de alface e couve roxa Sobremesa: Pudim flan	Peixe, Glúten, Ovo; Marisco Leite
5. ^a Feira	Sopa: Juliana Prato: Salmão grelhado com batata, brócolos e cenoura cozida Dieta: Perca grelhado com batata, brócolos e cenoura cozida Sobremesa: Banana	Peixe;	Sopa: Macedónia Prato: Frango guisado com espirais e legumes incorporados (ervilhas, cenoura e feijão-verde) Dieta: Frango no forno com espirais e ervilhas, cenoura e feijão-verde cozidos Sobremesa: Laranja	Glúten Ovo
6. ^a Feira	Sopa: Agrião Prato: Costeletas de porco grelhadas com arroz de cenoura e salada mista Dieta: Costeletas de porco grelhadas com arroz de cenoura e salada mista Sobremesa: Melancia	Leite; Ovo, Glúten	Sopa: Cenoura Prato: Bacalhau cozido com batata e brócolos cozidos Dieta: Bacalhau cozido com batata e brócolos cozidos Sobremesa: Melancia	Peixe
Sáb	Sopa: Repolho Sopa: Grão com espinafres Prato: Arroz de tentáculos de pota Dieta: Pescada cozida com batata cozida e legumes cozidos Sobremesa: Maçã/Laranja	Peixe; Ovo Molúsculos	Sopa: Canja Sopa: Feijão seco Prato: Entrecosto com ovos escalfados e favas Dieta: Bife de peru grelhado com arroz de legumes Sobremesa: Abacaxi/ Uvas	Ovo;

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

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