

Ementa Do Refeitório - Semana de 20 a 26 de Maio de 2024

Segunda-feira (Almoço)	Dia 20	Segunda-feira (Jantar)
Sopa de Alho francês	Sopa	Sopa de Alho francês
Bife de frango c/ cogumelos e massa de laços cozida	Prato Geral	Abrótea cozida c/ batata cozida ⁴
Feijão verde cozido	Legumes	Repolho e cenoura cozidos
Bife de frango c/ cogumelos triturados e puré de massa	Mole	Abrótea cozida triturada c/ puré de batata ⁴
Bife de frango c/ cogumelos simples e massa cozida	Dieta Ligeira	Abrótea cozida c/ batata cozida ⁴
Banana / Puré de banana e kiwi	Sobremesa	Pêra / Puré de pêra
Terça-feira (Almoço)	Dia 21	Terça-feira (jantar)
Sopa de C. coração	Sopa	Sopa de C. coração
Rissóis de camarão c/ arroz de tomate ^{1,3,4,5,6,14}	Prato Geral	Fígado c/ batata cozida
Salada de alface	Legumes	Salada de alface e cenoura
Rissóis de camarão triturado c/ puré de arroz de tomate ^{1,3,4,5,6,14}	Mole	Fígado c/ puré de batata ¹
Arroz simples de pescada ^{1,14}	Dieta Ligeira	Fígado estufado simples c/ batata cozida ¹
Maçã assada c/ canela / Puré de maçã e canela	Sobremesa	Laranja / Puré de laranja e banana
Quarta-feira (almoço)	Dia 22	Quarta-feira (jantar)
Sopa de Abóbora e ervilhas ¹²	Sopa	Sopa de Abóbora e ervilhas ¹²
Coxa de peru estufada e massa de espiral estufada ¹ (cebola, cenoura, courgette) e Salada de alface	Prato Geral	Ovos cozidos c/ batatas cozidas ⁴
Coxa de peru estufada triturada e puré de massa ¹	Legumes	Brócolos e c. flor cozidas
Coxa de peru estufada simples c/ massa espiral estufada	Mole	Ovos cozidos triturados c/ puré de batata
Pêra / puré de pêra	Dieta Ligeira	Pescada cozida c/ batata cozida
	Sobremesa	Kiwi / Puré de kiwi
Quinta-feira (almoço)	Dia 23	Quinta-feira (jantar)
Sopa de Brócolos	Sopa	Sopa de Brócolos
Red fish no forno c/ batatas assadas ⁴	Prato Geral	Bifanas de porco estufadas e esparguete cozido ¹
Salada de alface e tomate	Legumes	(tomate, cenoura) + brócolos cozidos
Red fish no forno triturado c/ puré de batata ⁴	Mole	Bifanas de porco estufadas trituradas c/ puré de massa ¹
Pescada cozida c/ batata cozida	Dieta ligeira	Frango estufado c/ massa cozida ¹
Maçã / Puré de maçã	Sobremesa	Laranja / Puré de Banana e laranja
Sexta-feira (almoço)	Dia 24	Sexta-feira (jantar)
Sopa de repolho e grão ¹²	Sopa	Sopa de repolho e grão ¹²
Coxas de frango assadas c/ limão e arroz de açafrão	Prato Geral	Pescada estufada c/ batata cozida ⁴
Juliana de c. coração e cenoura	Legumes	(cenoura, ervilhas) e salada de alface
Coxas de frango assadas trituradas c/ puré de arroz	Mole	Pescada estufada triturada c/ puré de batata ⁴
Coxas de frango assadas simples c/ arroz simples	Dieta Ligeira	Perca estufada simples c/ batata cozida ⁴
Banana / Puré de banana e laranja	Sobremesa	Pêra / Puré de pêra
Sábado (almoço)	Dia 25	Sábado (jantar)
Sopa de Espinafres	Sopa	Sopa de Espinafres
Caldeirada de peixe ⁴ (cebola, tomate, pimento, salsa) e Salada de alface	Prato Geral	Hambúguer grelhado c/ esparguete cozido
Caldeirada de peixe triturada ⁴	Legumes	Salada de alface e cenoura
Maruca estufada simples e batata cozida ⁴	Mole	Hambúguer grelhado triturado c/ puré de massa
Laranja / puré de banana e laranja	Dieta Ligeira	Hambúguer grelhado c/ esparguete cozido ¹
	Sobremesa	Maçã / Puré de maçã
Domingo (almoço)	Dia 26	Domingo (jantar)
Sopa de Cenoura e C. portuguesa	Sopa	Sopa de Cenoura e C. portuguesa
Costeleta de porco grelhada c/ arroz branco e feijão preto ^{5,6,12}	Prato Geral	Empadão de batata e atum ⁴
Repolho estufado	Legumes	(cebola, tomate) e Salada de alface
Costeleta de porco triturada c/ puré de arroz e puré de feijão preto	Mole	Empadão de batata e atum triturado ⁴
Bife de frango grelhado c/ arroz branco	Dieta Ligeira	Empadão de batata e atum simples ⁴
Aletria / Aletria triturada ^{1,3,7}	Sobremesa	Banana / Puré de banana e laranja

Observações: A ementa é suscetível a alterações não previstas. O prato das intolerâncias apenas esta disponível para os clientes que tem uma intolerância confirmada. Não é possível garantir que todos os pratos sejam isentos de algumas substâncias/ produtos que provocam alergias/intolerâncias:¹ glúten, ² crustáceos e produtos à base de crustáceos, ³ ovos e produtos à base de ovos, ⁴ peixe e produtos à base de peixe, ⁵ amendoins e produtos à base de amendoins, ⁶ soja e produtos à base de soja, ⁷ leite e produtos à base de leite, ⁸ frutos de casca rija, ⁹ aipo e produtos à base de aipo, ¹⁰ mostrada e produtos à base de mostrada, ¹¹ sementes de sésamo e produtos a base de sementes de sésamo, ¹² dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³ tremoço e produtos à base de tremoços, ¹⁴ moluscos e produtos à base de moluscos. Para mais informações relativas a cada prato contacte um colaborador. Regulamento (EU) do Parlamento Europeu e do Conselho de 25 de outubro de 2011.

