

Ementa de 12 de abril a 16 de abril de 2021		
2ª Feira	Sopa	Legumes
	Prato	Douradinhos com arroz de tomate e salada
	Dieta	Peixe grelhado com batata cozida e cenoura
	Vegetariana	Seitan salteado com vegetais e arroz de ervilhas
	Sobremesa	Fruta
3ª Feira	Sopa	Espinafres
	Prato	Almôndegas estufadas com esparguete e salada
	Dieta	Bife de peru grelhado com esparguete e salada
	Vegetariana	Macarronada de lentilhas com legumes assados
	Sobremesa	Fruta ou doce
4ª Feira	Sopa	Lombardo
	Prato	Filetes no forno com arroz de feijão e salada
	Dieta	Peixe cozido com batata cozida e hortaliça
	Vegetariana	Salsicha de soja com arroz de ervilhas
	Sobremesa	Fruta
5ª Feira	Sopa	Creme de agrião
	Prato	Febras grelhadas com massa espiral e salada
	Dieta	Frango cozido com arroz branco
	Vegetariana	Chili vegetariano com massa espiral
	Sobremesa	Fruta ou doce
6ª Feira	Sopa	Couve coração
	Prato	Salada do mar (Tintureira, ovo, batata, cenoura e ervilhas)
	Dieta	Peixe cozido com batata cozida e brócolos
	Vegetariana	Salada de grão com cogumelos e batata
	Sobremesa	Fruta

As refeições poderão conter: cereais com glúten, crustáceos, ovo, peixe, amendoins, soja, leites/lactose, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, sulfitos, tremço e moluscos.

Salientamos que por razões de ordem imprevista as ementas poderão sofrer alterações.

Os Serviços de Refeição

Paulo Vieira