



ementa

26 a 27 DEZEMBRO 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

Terça-feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

Suplemento da manhã

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

Sopa

Creme de cenoura

Prato

Atum c/ ovo e salada russa^[3, 4, 6, 9]

Dieta

Atum em água c/ ovo e salada russa^[3, 4, 9]

Vegetariano

Salada russa vegetariana^[9]

Sobremesa

Pudim^[7]

Lanche

Cereais de arroz e trigo integral c/ leite ^[1, 5, 7, 8]

Suplemento da manhã

Maçã

Sopa

Sopa de nabijas

Prato

Frango assado c/ arroz de alho francês e salada de alface ^[9, 10, 11, 14]

Dieta

Frango assado s/ tempero c/ arroz de alho francês e salada de alface ^[14]

Vegetariano

Arroz de legumes, cogumelos e lentilhas^[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.