



01 A 05 JULHO | EMENTA GERAL 2023/2024



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	SOPA DE CENOURA E CURGETE	SOPA DE REPOLHO E FEIJÃO	SOPA DE FEIJÃO-VERDE	CANJA DE GALINHA ^{1,3}	CREME DE ESPINAFRES
DIETA GERAL	CARNE DE PORCO À ALENTEJANA ²	FILETES DE PESCADA DOURADOS COM ARROZ DE LEGUMES ^{1,3,4}	FRANGO ASSADO NO FORNO COM BATATA ASSADA NO FORNO ¹²	BOLINHOS DE BACALHAU COM SALADA DE FEIJÃO-FRADE ^{1,3,4,6,7,8,11,12}	COSTELETAS GRELHADAS COM ESPARGUETE SALTEADA ^{1,3}
DIETA LIGEIRA	FILETE DE ABRÓTEA NO FORNO COM BATATA CORADA ⁴	BIFE DE PERU GRELHADO COM MASSA COZIDA E CENOURA BABY ^{1,3}	SALMÃO GRELHADO COM ARROZ DE CENOURA ⁴	ARROZ DE FRANGO AO NATURAL	PESCADA COZIDA COM BATATA E HORTALIÇA ⁴
DIETA VEGETARIANA	_____	_____	_____	_____	_____
HORTÍCOLAS	CENOURA RASPADA E PEPINO	JULIANA DE ALFACE	SALADA DE TOMATE E PEPINO	SALADA MISTA	LEGUMES SALTEADOS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA	PUDIM FLAN ^{1,3,6,7,8,12}	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA

NOTAS

A EMENTA PODERÁ SER ALTERADA POR MOTIVOS IMPREVISTOS.

Dieta Geral – Dieta completa e equilibrada desenhada segundo os princípios da alimentação saudável.

Dieta Ligeira – Dieta com restrição de gordura.

Dieta Vegetariana – Dieta predominantemente rica em produtos de origem vegetal pode incluir ovos ou laticínios.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1. Glúten; 2. Crustáceos/Marisco; 3. Ovos; 4. Peixe e produtos à base de peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite/Lactose; 8. Frutos de Casca Rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de Enxofre e Sulfitos; 13. Tremeços; 14. Moluscos

(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)