



09 A 12 JULHO | EMENTA GERAL

2023/2024



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	FERIADO	SOPA DE PENCA E COUVE-BRANCA	SOPA DE REPOLHO	CREME DE CHUCHU E ESPINAFRES	CREME DE FEIJÃO-VERDE E CURGETE
DIETA GERAL		LOMBINHOS DE VITELA ESTUFADOS COM COGUMELOS E ARROZ DE CENOURA ¹²	PÁ DE PORCO ASSADA NO FORNO COM BATATA ASSADA ¹²	BACALHAU COM BATATA A MURRO ⁴	FRANGO ESTUFADO COM ERVILHAS E ESPARGUETE ^{1,3}
DIETA LIGEIRA		CALDEIRADA DE PEIXES ⁴	MASSA ESPIRAL COM PEIXE E TOMATE (PERCA, PESCADA) ^{1,3,4}	ESPETADAS DE PERU GRELHADAS COM BATATA A MURRO	RED-FISH ASSADO AO NATURAL COM BATATINHAS ⁴
DIETA VEGETARIANA		_____	_____	_____	_____
HORTÍCOLAS		SALADA MISTA	SALADA DE PEPINO E TOMATE	BRÓCOLOS COZIDOS	JULIANA DE ALFACE E CENOURA
SOBREMESA		FRUTA DA ÉPOCA	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. Tremoços; 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)