



➤ Semana de 22 a 26 de JULHO de 2019

2ª Feira

SOPA	LEGUMES
CARNE	PERNA DE PORCO ASSADA
PEIXE	ARROZ DE PEIXE E DELÍCIAS DO MAR
DIETA	PEIXE COZIDO C/ BATATA E BRÓCULOS
VEGET	BOLONHESA DE SOJA

3ª Feira

SOPA	FEIJÃO VERDE
CARNE	FRANGO ASSADO NO FORNO
PEIXE	CALAMARES C/ ARROZ
DIETA	CARNE DE VACA COZIDA C/ ARROZ E LEGUMES
VEGET	CROQUETES DE ESPINAFRE

4ª Feira

SOPA	AGRIÃO
CARNE	BIFANAS DE PORCO C/ BATATA FRITA
PEIXE	BACALHAU (PALOCO) À BRÁZ
DIETA	PEIXE ESTUFADO SIMPLES
VEGET	PAELLA VEGETARIANA

5ª Feira

SOPA	ESPINAFRES
CARNE	BIFE DE FRANGO C/ MASSA SALTEADA
PEIXE	PESCADA FRITA À FRANCESA
DIETA	HAMBURGUER GRELHADO
VEGET	BERINGELA ESTUFADA

6ª Feira

SOPA	NABIÇAS
CARNE	LOMBO DE PORCO ASSADO
PEIXE	SALADA DE ATUM C/ FEIJÃO FRADE
DIETA	PEIXE COZIDO C/ LEGUMES
VEGET	CARIL DE LEGUMES

Elaborado: - - - - - Verificado: - - - - - Aprovado: - - - - -

**INFORMAÇÃO – ALERGÊNEOS:** Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, e produtos à base de cereais, Mostarda, Alpo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro). **UTILIZAÇÃO PREVISTA DO PRODUTO:** Considera-se que os produtos sejam dirigidos a toda a população em geral, inclusive a grupos específicos/de risco como: criança, grávidas, idosos, com patologia