

EMENTA

SEMANA DE 13 A 17 DE NOVEMBRO DE 2023

- ERPI
- CD
- SAD
- Cantina Social
- Colaboradores

Segunda 13 Novembro	Sopa: Legumes Geral: Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e cenoura raspada Dieta: Pescada grelhada com arroz branco e cenoura cozidas Sobremesa: Fruta da época
Terça 14 Novembro	Sopa: Legumes Geral: Alheira no forno com batata cozida e grelos salteados Dieta: Bife de peru grelhado com batata cozida e brócolos cozidos Sobremesa: Fruta da época
Quarta 15 Novembro	Sopa: Legumes Geral: Fusili de atum com salada de alface e cebola Dieta: Peixe grelhado com massa cozida e feijão verde Sobremesa: Fruta da época
Quinta 16 Novembro	Sopa: Legumes Geral: Perna de peru no forno com batatas assadas e feijão verde cozido Dieta: Peru grelhado com batatas cozidas e feijão verde cozido Sobremesa: Fruta da época
Sexta 17 Novembro	Sopa: Legumes Geral: Abrótea assada com pimento, tomate, arroz branco e salada de alface Dieta: Abrótea assada sem molho com arroz branco e cenoura Sobremesa: Fruta da época

Esta ementa poderá estar sujeita a alterações por situações imprevistas
Alergénios: informe-se junto da nossa equipa

Ementa elaborada por: Joana Maranhas (nutricionista)



Ementa aprovada por: