

Ementa

Semana de 24/07/17 a 28/07/17

		Valor Energético			
		Por 100g		Por Dose	
		kJ	Kcal	kJ	Kcal
2^a <u>24/07/17</u>	Carne:	BIFINHOS C/ COGUMELOS E ARROZ BRANCO		(M/D)	1349 322 3356 802
	Peixe:	*****			
	Dieta:	CORVINA COZIDA C/ OVO, BATATA E CENOURA COZIDOS		825 197 2087 500	
	Sopa:	CENOURA		164 39 409 98	

		Valor Energético			
		Por 100g		Por Dose	
		kJ	Kcal	kJ	Kcal
3^a <u>25/07/17</u>	Carne:	*****			
	Peixe:	ARROZ DE GAROUPA C/ CAMARÃO		(M/D)	446 107 2973 696
	Dieta:	ESCALOPES DE VITELA GRELHADOS C/ TAGLIATELLE E MISTO DE LEGUMES SALTEADO		1630 390 2213 528	
	Sopa:	TOMATE		201 48 502 120	

		Valor Energético			
		Por 100g		Por Dose	
		kJ	Kcal	kJ	Kcal
4^a <u>26/07/17</u>	Carne:	FRANGO À CAMPONESA		(M/D)	961 230 3365 804
	Peixe:	*****			
	Dieta:	SALMÃO GRELHADO C/ BATATA E BRÓCOLOS COZIDOS		1681 401 3879 927	
	Sopa:	PRIMAVERA		168 40 419 120	

		Valor Energético			
		Por 100g		Por Dose	
		kJ	Kcal	kJ	Kcal
5^a <u>27/07/17</u>	Carne:	*****			
	Peixe:	PESCADA GRATINADA		(M/D)	461 110 2997 716
	Dieta:	BIFANAS DE PORCO GRELHADAS C/ ARROZ DE SALSA		1479 354 2219 531	
	Sopa:	COUVE-FLOR		171 41 428 102	

		Valor Energético			
		Por 100g		Por Dose	
		kJ	Kcal	kJ	Kcal

		Por 100g		Por Dose	
		kJ	Kcal	kJ	Kcal
Recurso:	SALADA DE FEIJÃO FRADE C/ ATUM	512	122	2817	673

(M/D) – Meia-Dose

Amadora, 11 de Julho de 2017

Para mais informações sobre alergénios (alimentos e/ou substâncias causadores de alergias) por favor contacte a nossa equipa.

A declaração nutricional do valor energético está expressa por 100 g e por dose individual.

NOTA: Esta ementa está sujeita a alterações por motivo de mercado.

As senhas deverão ser adquiridas de véspera.

No próprio dia só serão marcadas refeições nos horários de funcionamento dos refeitórios