

Ementa semanal

Semana 28 (21 a 25 de abril)

Segunda-feira	Sopa	FÉRIAS DE PÁSCOA
	Prato	
	Hortícolas	
	Sobremesa	
Terça-feira	Sopa	Crepe de cenoura
	Prato	Jardineira de vitela
	Hortícolas	Cenoura/Tomate/Alface
	Sobremesa	Fruta da época/ Laranja /Pera
Quarta-feira	Sopa	Sopa de legumes
	Prato	Calamares ^{1,3,4} + arroz de feijão
	Hortícolas	Pepino, Beterraba, Tomate
	Sobremesa	Fruta da época /Kiwi /Iogurte
Quinta-feira	Sopa	Canja
	Prato	Bifinhos de peru com cogumelos + massa esparguete
	Hortícolas	Cenoura/Couve roxa /Pepino
	Sobremesa	Fruta da época/ Maçã /Morangos
Sexta-feira	Sopa	FERIADO (25 de Abril) DIA DA LIBERDADE
	Prato	
	Hortícolas	
	Sobremesa	

Nota: a base da **sopa/crepe** é sempre constituída por batata, cebola ou alho francês, cenoura ou abóbora.

A esta base é adicionado um ou mais ingredientes (Ex: curgete, nabo, chuchu, brócolo, feijão verde, acelga, espinafres, couve-flor, couves e leguminosas), conforme a receita.

- Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer pequenas alterações

- As refeições são acompanhadas por pão de mistura e água para beber.

- A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1- Cereais que contêm glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixes, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoço e 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

- Dietas específicas devem ser requisitadas com prescrição médica.

Nutricionista 1487N