

25/11/2024 ⁽³⁾	ALMOÇO/JANTAR	LUNCH/DINNER	V.E.T. (Kcal)*	Alergénios	
PRATO				Contém	Pode conter
2ª FEIRA					
SOPA	De lombarda com feijão	Vegetables and beans	107		
PRATO	Fêveras grelhadas c/ arroz	Grilled pork steaks w/ rice	600		
DIETA	Salada camponesa de peixe	Fish, potato and vegetables salad	550	Peixe	
VEGETARIANO	Camponesa de legumes	Potato and vegetables salad	390	Ovo	
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
3ª FEIRA					
SOPA	Caldo verde (batata, cebola, alho, couve)	Green soup	120	Glúten	Soja
PRATO	Esparguete à bolonhesa	Spaghetti bolognese	700	Glúten	
DIETA	Red fish grelhado c/ batata cozida	Grilled redfish W/ boiled potatos	490	Peixe	
VEGETARIANO	Massada de legumes	Vegetables pasta	380	Glúten,	
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
4ª FEIRA					
SOPA	Creme de cenoura	Carrot soup	150		
PRATO	Arroz de frango no forno	Chicken rice	590		Leite, Soja
DIETA	Sardinhas grelhadas c/ batata coz.	Grilled sardines w/ boiled potatos	490	Peixe	
VEGETARIANO	Caril de legumes com arroz	Vegetable curry	380		
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
5ª FEIRA					
SOPA	Primavera (Cebola, alho, cenoura, batata, repolho, alho francês, ervilhas)	Vegetables	150		
PRATO	Pá de porco assada c/ arroz	Roast pork w/ rice	660		
DIETA	Pescada grelhada c/ batata cozida	Grilled hake w/ biled potatos	500	PEIXE	
VEGETARIANO	Grão-de-bico c/ legumes e ovo cozido, batata cozida	Chikpea, eggs, vegetables and potatos salad	370	OVO	
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
6ª FEIRA					
SOPA	Legumes	Vegetables	150		
PRATO	Feijoada à transmontana	Meat, vegetables and beans all mixed w/ rice	750		Soja
DIETA	Raia em caldeirada c/ batata cozida	Stuffed ray w/ potatos		Peixe	
VEGETARIANO	Feijoada de legumes	Vegetables and beans all mixed w/ rice	490		Leite, ovo
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
SÁBADO					
SOPA	De lombarda com feijão	Vegeatbles and beans	107		
PRATO	Barriguinhas de porco com arroz	Grilled pork belly w/ rice	650		
DIETA	Pescada grelhada c/ arroz	Grilled hake w/ rice	490	Peixe	
VEGETARIANO	Rissóis de legumes	Vegetable patties	600	Ovo	
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo

Atenção:

Ementa sujeita a alterações;

Todos os pratos são acompanhados por salada ou legumes;

*Valores nutricionais médios aproximados por prato

Se desejar prato estritamente vegetariano, informar a cozinha com um dia de antecedência;

Attention:

Menu subject to change;

All dishes are accompanied by salad or vegetables;

*Approximate average nutritional values per dish

If you want a strictly vegetarian dish, inform the kitchen one day in advance;