

16/12/2024(6)		ALMOÇO/JANTAR	LUNCH/DINNER	V.E.T. (Kcal)*	Alergénios	
PRATO					Contém	Pode conter
2ª FEIRA						
SOPA	Primavera		Vegetables	115		
PRATO	Costeletas grelhadas com massa		Grilled pork chops w/ pasta	600	Glúten	
DIETA	Pescada cozida c/ batata cozida		Boiled hake w/ boiled potatos	490	Peixe	
VEGETARIANO	Massada de legumes		Vegetables pasta	390	glúten	
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	Canja		Chicken soup	137		
PRATO	Bifanas à minhota com arroz		Stuffed pork steaks w/ rice			
DIETA	Filetes grelhados com arroz		Grilled Fish filets w/ rice	500	Peixe	
VEGETARIANO	Caril de legumes		Vegetables curry	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
4ª FEIRA						
SOPA	Camponesa (cebola, cenoura, alho, batata, repolho, feijão, tronchuda)		Vegetables and beans	120		
PRATO	Arroz de carne com legumes		Meat and vegetables rice	630		Ovo, Glúten
DIETA	Salada camponesa de atum		Tina and potato sald	500	PEIXE	
VEGETARIANO	Rissóis de legumes		Vegetable patties	630	GLÚTEN	
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	De feijão verde		Green beans	104	Glúten	
PRATO	Brás de salmão		Fish (salmon), potatos and egg, all fried and mixed	790	Peixe, ovo	
DIETA	Frango corado no forno C/ massa		Roast chicken w/ pasta	540	Glúten	
VEGETARIANO	Brás de legumes		Vegetables, potato and eggs, all fried and mixed	680	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
6ª FEIRA						
SOPA	De repolho e feijão-frade		Vegetables	120		
PRATO	Rancho à minhota		Meat, pasta and chickpeas all stewed together	750	Glúten	Soja
DIETA	Red fish grelhado, arroz		Grilled red fish w/ rice	438	Peixe	
VEGETARIANO	Rancho de legumes		Vegetables, pasta and chickpeas all stewed together	420	Glúten	
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	Crema de ervilhas		Peas soup	117		
PRATO	Alheira grelhada c/ arroz		Grilled meat sausage w/ rice	680		
DIETA	Abrótea grelhada com arroz		Grilled daffodil w/ rice	490	Peixe	
VEGETARIANO	Rissóis de legumes		Vegetable patties	630	GLÚTEN	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;