

Ementa 4

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNIOS	KCAL
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de cenoura com couve lombarda		97
	<i>Prato</i>	<b>Hambúrguer misto</b> estufado/no forno com molho de tomate com arroz de cenoura	Glúten, Soja, Sulfitos	374/374
	<i>Vegetariano</i>	<b>Hambúrguer</b> de lentilhas com molho de tomate e arroz de cenoura	Glúten	480
	<i>Salada</i>	Alface, milho e pepino	-	46
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) ou <b>iogurte</b>	-	44
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Abóbora com brócolos	-	96
	<i>Prato</i>	<b>Filetes no forno</b> com batata assada ou cozida	Peixe	214/259
	<i>Vegetariano</i>	<b>Tofu gratinado</b> com feijão manteiga, curgete e cenoura com batata cozida ou assada	Glúten, soja	492/537
	<i>Salada</i>	Alface, pimento e tomate	-	16
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) ou fruta cozida	-/-	44/46
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Alho francês com curgete	-	83
	<i>Prato</i>	Bife de frango de tomatada com <b>fusillis</b> salpicado de ervilhas	Glúten	291
	<i>Vegetariano</i>	Bifinhos de <b>seitan</b> de tomatada <b>fusillis</b> salpicados de ervilhas	Glúten, Soja	236
	<i>Salada</i>	Alface, couve roxa e pepino	-	25
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	44
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Feijão branco com espinafres	-	105
	<i>Prato</i>	Arroz de <b>lulas</b>	Moluscos	291
	<i>Vegetariano</i>	Arroz de leguminosas (favas) com legumes (curgete, pimento e alho francês)	-	334
	<i>Salada</i>	Alface, beterraba e cenoura	-	33
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 Variedades) ou <b>gelado</b>	-/Leite	44/148
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de alface com nabo	-	89
	<i>Prato</i>	<b>Rancho</b> (carne porco, vaca, grão, <b>macarronete</b> , <b>chouriço</b> , couve lombarda)	Glúten, Soja, Sulfitos	472
	<i>Vegetariano</i>	<b>Rancho vegetariano</b> (grão, cenoura, couve e <b>massa de cotovelos</b> )	Glúten	292
	<i>Salada</i>	Cenoura, couve roxa e tomate	-	29
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	44

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos:

1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 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- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. **Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**