



Município de Santiago do Cacém

EMENTA

Semana de 16 a 20 de Janeiro de 2023

Ementa 8

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNIOS	KCAL
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Alho francês com feijão verde	-	87
	<i>Prato</i>	Almôndegas estufadas com esparguete salpicado de ervilhas	Glúten, Soja, Sulfitos	278
	<i>Vegetariano</i>	Almôndegas de lentilhas com aveia estufada com molho de tomate esparguete salpicado de ervilhas	Glúten	313
	<i>Salada</i>	Alface, cenoura e tomate	-	19
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) ou iogurte	-	44
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Nabo com cenoura e couve-lombarda	-	89
	<i>Prato</i>	Pescada dourada com feijão-frade e batata	Glúten, Peixe	494
	<i>Vegetariano</i>	Salada de feijão-frade com batata, brócolos cenoura e milho	-	397
	<i>Salada</i>	Couve roxa, pimento e tomate	-	28
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) ou fruta cozida	-/-	44/46
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Feijão branco com nabiças	-	119
	<i>Prato</i>	Arroz de pato no forno à antiga (chouriço)	Glúten, Ovo, Soja, Sulfitos	705
	<i>Vegetariano</i>	Arroz de tofu com favas e cenoura no forno	Glúten, Soja	345
	<i>Salada</i>	Alface, beterraba e cenoura ralada	-	33
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	44
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Abóbora com couve branca	-	98
	<i>Prato</i>	Filetes de solha gratinados com batata cozida e feijão verde	Peixe	242
	<i>Vegetariano</i>	Salada de grão de bico com batata feijão verde e cenoura	-	305
	<i>Salada</i>	Milho, pepino e tomate	-	45
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 Variedades) ou iogurte	-/Leite	44/89
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Caldo verde	Glúten, Soja, Sulfitos	139
	<i>Prato</i>	Febras de porco estufadas com arroz de milho	-	485
	<i>Vegetariano</i>	Feijão vermelho estufado com curgete e couve-lombarda e arroz de milho	-	496
	<i>Salada</i>	Alface, couve roxa e tomate	-	28
	<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- Amendoiros, 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.**

*Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos.