



Município de Santiago do Cacém

EMENTA

Semana de 30 de Janeiro a 03 de Fevereiro de 2023

Ementa 10

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNIOS	KCAL
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de abóbora com brócolos		74
	<i>Prato</i>	Empadão de carne de vaca com arroz	Glúten, Soja, Sulfitos	191
	<i>Vegetariano</i>	Arroz de soja com feijão vermelho	Soja	476
	<i>Salada</i>	Alface, cenoura e milho	-	48
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) ou iogurte	-/-	44/45
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Alho francês com couve coração	-	90
	<i>Prato</i>	Pescada no forno com molho de limão e ervas aromáticas e puré de batata	Peixe, Leite	227
	<i>Vegetariano</i>	Vegetais assados com cogumelos , feijão-frade e molho verde com puré de batata (vegan)	Sulfitos	306
	<i>Salada</i>	Curgete, pepino e tomate	-	23
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	44
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de ervilhas com cenoura	-	101
	<i>Prato</i>	Perna de peru estufada com esparguete	Glúten	340
	<i>Vegetariano</i>	Curgete recheada com bolonhesa de lentilhas e esparguete	Glúten	367
	<i>Salada</i>	Alface, cenoura e milho	-	48
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	44
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Curgete com alface	-	83
	<i>Prato</i>	Badejo de cebolada com batata louras/cozida	Peixe	220
	<i>Vegetariano</i>	3 feijões de cebolada com batatas louras/cozida	-	337/337
	<i>Salada</i>	Alface, couve roxa e tomate	-	28
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) ou fruta cozida	-/-	44/46
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Grão-de-bico com agrião	-	107
	<i>Prato</i>	Tirinhas de porco estufadas com ervilhas e cenoura e arroz branco	-	511
	<i>Vegetariano</i>	Tirinhas de seitan estufado com cenoura, ervilhas e arroz branco	Glúten, Soja	323
	<i>Salada</i>	Beterraba, cenoura e tomate	-	35
	<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.**

*Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos.