



Município de Santiago do Cacém

EMENTA

Semana de 09 a 13 de Janeiro de 2023

Ementa 7

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNIOS	KCAL
2ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Curgete com macedónia	-	91
	<i>Prato</i>	Salada de Peixe (filete de pescada, ovo e camarão)	Crustáceo, Ovo, Peixe	408
	<i>Vegetariano</i>	Salada de 3 feijões com batata cenoura e feijão verde	-	336
	<i>Salada</i>	Couve roxa, pimento e tomate	-	28
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) ou iogurte	-/-	44/46
3ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de ervilhas com cenoura	-	101
	<i>Prato</i>	Feijoada à Portuguesa (carne de porco, carne de vaca, lombardo, feijão, chouriço) com bola de arroz	Glúten, Soja, sulfitos	612
	<i>Vegetariano</i>	Feijoada vegetariana (feijão vermelho cenoura e lombardo) com bola de arroz	-	471
	<i>Salada</i>	Alface, cenoura e milho	-	78
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	44
4ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Couve-flor com cenoura	-	
	<i>Prato</i>	Granadeiro no forno com puré de batata e feijão verde cozido	Peixe, Leite	251
	<i>Vegetariano</i>	Gratinado de legumes (ervilhas+favas) com legumes (beringela, alho-francês e pimento) no forno com puré batata	-	413
	<i>Salada</i>	Alface, pepino e tomate	-	17
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades) ou leite creme	-/Leite	44/152
5ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Grão-de-bico com espinafres	-	110
	<i>Prato</i>	Tirinhas de frango estufadas com fusillis	Glúten	254
	<i>Vegetariano</i>	Tirinhas de seitan estufadas com cenoura e favas e fusillis	Glúten, Soja	253
	<i>Salada</i>	Cenoura, couve roxa e tomate	-	29
	<i>Sobremesa</i>	Fruta da época (3 variedades)	-	44
6ª FEIRA	<i>Sopa</i>	Creme de alface com nabo	-	89
	<i>Prato</i>	Arroz de pota com feijão	Molusco	306
	<i>Vegetariano</i>	Arroz de feijão manteiga com cogumelos cenoura e couve lombarda	Sulfitos	303
	<i>Salada</i>	Alface, beterraba e milho	-	62
	<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- Amendins, 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.