



Ementa de Almoços de Fim de Semana de Centro de Dia e SAD



Dias	Semana 30 de set. a 05 de outubro	Semana 07 a 12 de outubro
S Á B A D O	<p>SOPA Camponesa SOPA Primavera PRATO Caldeirada de peixe. Alface, cenoura e pepino. SOBREMESA Kiwi</p>	<p>SOPA de Agrião SOPA de Grão com espinafres PRATO Iscas com elas e brócolo cozido. SOBREMESA Banana</p>

Alergénios
Peixes
(Red-fish/
Tamboril/
Safio)
Crustáceos
(Ameijoia)

Dias	Semana 14 a 19 de outubro	Semana 21 a 26 de outubro
S Á B A D O	<p>SOPA de Courgette SOPA de Nabiça PRATO Jardineira de pota. Alface. SOBREMESA Ameixa</p>	<p>SOPA de Couve-flor SOPA de Peixe PRATO Coelho estufado com arroz de ervilhas. Alface e cenoura. SOBREMESA Maçã assada</p>

Alergénios
Moluscos
(Pota)

Alergénios
Peixe
(Tintureira/
Salmão)

As ementas só deverão ser alteradas, por motivos de força maior, (caso os alimentos se encontrem esgotados no fornecedor).

Elaborado por **Susana Conceição - Engenheira Alimentar**



Ementa de Almoços de Fim de Semana de Centro de Dia e SAD - DIETA



Dias	Semana 30 de set. a 05 de outubro	Semana 07 a 12 de outubro
S Á B A D O	<p>SOPA Camponesa SOPA Primavera PRATO Caldeirada de peixe com batata cozida. Alface, cenoura e pepino. SOBREMESA Kiwi</p>	<p>SOPA de Agrião SOPA de Grão com espinafres PRATO Iscas com elas e brócolo cozido. SOBREMESA Banana</p>

Alergénios
Peixes
(Red-fish/
Tamboril/
Safio)
Crustáceos
(Ameijoia)

Dias	Semana 14 a 19 de outubro	Semana 21 a 26 de outubro
S Á B A D O	<p>SOPA de Courgette SOPA de Nabiça PRATO Pota estufada (sem molho) com batata, cenoura e feijão verde. SOBREMESA Ameixa</p>	<p>SOPA de Couve-flor SOPA de Peixe PRATO Coelho estufado (sem molho) com arroz branco e ervilhas. Alface e cenoura. SOBREMESA Maçã assada</p>

Alergénios
Moluscos
(Pota)

Alergénios
Peixe
(Tintureira/
Salmão)

As ementas só deverão ser alteradas, por motivos de força maior, (caso os alimentos se encontrem esgotados no fornecedor).

Elaborado por **Susana Conceição - Engenheira Alimentar**