

EMENTA | Tempo de Férias 5ª Semana - Grupo B

Segunda-feira - 22		Alergénios	Valor Calórico	
Sopa Peixe Vegetariano Saladas/Vegetais Sobremesa Pão	Creme de brócolos e feijão encarnado	(14)	JI 361,1	EB1 433,3
	Jardineira de lulas	(6)	438,0	537,3
	Alface e pepino			
	Fruta da época			
	1 pão de mistura	(1)	kcal	
Terça-feira - 23		Alergénios	Valor Calórico	
Piquenique	Hambúguer de vaca no pão c/alface	(1)(6)(9)	JI 465,1	EB1 647,4
	Batata Frita		599,3	694,7
	Fruta da época			
			(1)	kcal
Quarta-feira - 24		Alergénios	Valor Calórico	
Piquenique	Atum no pão	(4)	JI 434,6	EB1 511,1
	Batata Frita	(1)(6)	440,5	540,7
	Fruta da época			
			(1)	kcal
Quinta-feira - 25		Alergénios	Valor Calórico	
Sopa Carne Vegetariano Saladas/Vegetais Sobremesa Pão	Creme de cenoura		JI	EB1
	Picadinho de aves com massa fusilli	(1)(3)	445,5	547,5
	Seitan de cebolada com massa fusilli	(1)(3)(6)	416,9	508,9
	Brócolos e couve-flor cozidos			
	Fruta da época			
	1 pão de mistura	(1)	kcal	
Sexta-feira - 26		Alergénios	Valor Calórico	
Piquenique	Douradinhos no pão	(4)	JI 365,9	EB1 439,6
	Batata frita		426,6	521,9
	Fruta da época			
			(1)	kcal

Nota: A ementa poderá sofrer alterações.

Cálculo calórico da refeição de acordo com a Tabela da Composição de Alimentos - Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge

Contém produtos de origem biológica.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: (1) Cereais que contêm glúten, (2) Crustáceos, (3) Ovos, (4) Peixes, (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) Tremçoço, (14) Moluscos.