

Ementa 1 CACI e Lar Residencial - Sede

2ª FEIRA	ALMOÇO	2ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Sopa de feijão ^{6,13} e vegetais ⁹	Sopa	Sopa de feijão ^{6,13} e vegetais ⁹
Prato	Arroz de peru no forno com rodela de chouriço ⁶ e salada	Prato	Caldeirada de cação ⁴ e legumes
Dieta	Arroz de peru no forno simples e salada	Dieta	Cação ⁴ estufado simples com batata cozida e legumes
Sobremesa	Fruta da época / Gelatina	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
3ª FEIRA	ALMOÇO	3ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Juliana (repolho e cenoura)	Sopa	Juliana (repolho e cenoura)
Prato	Salada russa de atum ⁴ com ovo ³ , batata cozida e jardineira de legumes	Prato	Carne de porco estufada com esparguete e salada ^{1,6,10}
Dieta	Saladina de pescada ^{2,4,14} com batata cozida, couve-flor e cenoura	Dieta	Carne de porco estufada simples com esparguete e salada ^{1,6,10}
Sobremesa	Maça ou pêra assada	Sobremesa	Maça ou pêra assada
4ª FEIRA	ALMOÇO	4ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Feijão-verde e cenoura	Sopa	Feijão Verde e cenoura
Prato	Frango estufado com purê de batata e legumes	Prato	Pescada ^{2,4} no forno com batata, brócolos e cenoura
Dieta	Frango estufado simples com purê de batata e legumes	Dieta	Pescada ^{2,4} no forno simples com batata, brócolos e cenoura
Sobremesa	Arroz doce ⁷ / Fruta da época	Sobremesa	Arroz doce ⁷ / Fruta da época
5ª FEIRA	ALMOÇO	5ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Crema de abóbora com massinhas ^{1,6,10}	Sopa	Crema de abóbora com massinhas ^{1,6,10}
Prato	^{1,2,4,6,7,10,12,14} Bacalhau (migas) espiritual e salada	Prato	Salsicha fresca no forno com arroz alegre ^{6,12}
Dieta	^{2,4,12,14} Salada de bacalhau com batata e legumes	Dieta	Febras estufadas simples com arroz alegre
Sobremesa	Maça cozida / Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
6ª FEIRA	ALMOÇO	6ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Espinafres	Sopa	Espinafres
Prato	Ervilhas com ovos escalfados ³ , enchidos e arroz branco ^{1,6,12} *	Prato	Arroz de peixe ^{2,4} com legumes
Dieta	Frango corado simples com arroz branco e macedônia	Dieta	Arroz de peixe ^{2,4} simples e salada
Sobremesa	Mousse de chocolate ⁷ / Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
SÁBADO	ALMOÇO	SÁBADO	JANTAR
Sopa	Legumes	Sopa	Legumes
Prato	^{1,2,3,3,6,7,8,9,10,11,12,14} Rissóis de camarão com arroz de tomate e salada	Prato	Rolo de carne no forno com orégãos, purê e couve de bruxelas laminada ^{1,6,12}
Dieta	Abrótea ⁴ cozida com batata, brócolos e cenoura	Dieta	Rolo de carne no forno assado simples com orégãos, purê e macedônia de legumes ^{1,6,12}
Sobremesa	Fruta da época / Gelatina	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
DOMINGO	ALMOÇO	DOMINGO	JANTAR
Sopa	Sopa de repolho e cenoura	Sopa	Sopa de repolho e cenoura
Prato	Frango assado com orégãos, esparguete ^{1,6,10} e salada	Prato	Red Fish ⁴ assado com batata frita e salada
Dieta	Frango corado simples, esparguete ^{1,6,10} e salada	Dieta	Red Fish ⁴ assado simples com batata cozida simples e salada
Sobremesa	Pudim de caramelo ⁷ / Fruta da época	Sobremesa	Maça assada / Fruta da época

Nota: a) A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 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 Semente 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.

b) *No SAD e serviços para o exterior, por questões de segurança alimentar, o prato será substituído pela opção “Dieta”.