

Ementa Mediterrânica: 20 a 24 de maio

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcares (g)	Proteínas (g)	Sal (g)
Segunda-Feira	Sopa	Primavera ¹²							
	Prato	Carne à Bolonhesa ^{1,6,12} com Massa Fusilli ¹ Ervilhas e Cenouras							
	Salada	Alface, Cenoura e Milho							
	Sobremesa	Fruta da Época (min. 3 variedades)							
	Pão	Pão de Mistura ¹ Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Terça-Feira	Sopa	Abóbora com Massinhas ^{1,12}							
	Prato	Palmeta ⁴ Corada com Arroz de Milho							
	Salada	Curgete, Pepino e Tomate							
	Sobremesa	Fruta da Época (min. 3 variedades) / Pudim ^{3,7}							
	Pão	Pão de Mistura ¹ Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Quarta-Feira	Sopa	Feijão-verde ¹²							
	Prato	Massa ¹ de Carnes à Lavrador ⁶							
	Salada	Cenoura, Milho e Pimento							
	Sobremesa	Fruta da Época (min. 3 variedades)							
	Pão	Pão de Mistura ¹ Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Quinta-Feira	Sopa	Saloia ¹²							
	Prato	Filetes de Arinca ⁴ com Salada de Batata (batata, ervilha, feijão-verde e cenoura)							
	Salada	Alface, Couve-roxa e Tomate							
	Sobremesa	Fruta da Época (min. 3 variedades) / Fruta Cozida							
	Pão	Pão de Mistura ¹ Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Sexta-Feira	Sopa	Creme de Alho-francês com Cenoura e Curgete ¹²							
	Prato	Panadinhos de Frango ^{1,3,9,10} no Forno com Arroz de Cenoura							
	Salada	Beterraba, Cenoura e Tomate							
	Sobremesa	Fruta da Época (min. 3 variedades)							
	Pão	Pão de Mistura ¹ Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

Declaração nutricional: valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.

Legenda: VE - Valor energético, Lip. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas.