



## C.C.D. \_ TRANQUILIDADE

Semana de 18/03 a 23/03/2018

			Kcal
<b>2ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Canja de Galinha	91
	<b>PEIXE</b>	Bacalhau à Brás	704
	<b>CARNE</b>	Caril de Frango e Arroz Branco	913
	<b>DIETA</b>	Escalopes de Vaca Grelhados e Legumes Cozidos	553
	<b>SUG.CHEFE</b>	Esparguete c/ Atum e Tomate Maduro	673
<b>3ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Abóbora c/ Agrião	132
	<b>PEIXE</b>	Feijoada de Chocos	534
	<b>CARNE</b>	Iscas de Cebolada e Batata Cozida	556
	<b>DIETA</b>	Red-fish Assado Simples e Legumes Cozidos	416
	<b>SUG.CHEFE</b>	Penne Mediterrâneo (carne picada, azeitonas, salsa e queijo ralado)	746
<b>4ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Camarão c/ Pão Torrado	101
	<b>PEIXE</b>	Peixe-espada à Rosa do Adro e Batata Cozida	738
	<b>CARNE</b>	Frango Assado no Forno à Moda da Bairrada	829
	<b>DIETA</b>	Carne Cozida e Legumes Cozidos	510
	<b>SUG.CHEFE</b>	Laços c/ Salmão, Tomate e Pimentos Verdes Assados	720
<b>5ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Inverno	171
	<b>PEIXE</b>	Lombinhos de Pescada Gratinados e Puré de Batata	512
	<b>CARNE</b>	Arroz de Pato	1180
	<b>DIETA</b>	Pescada Cozida c/ Legumes	368
	<b>SUG.CHEFE</b>	Almofadinhas de Carne e Arroz de Tomate	689
<b>6ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Cado Verde	185
	<b>PEIXE</b>	Bacalhau c/ Broa	592
	<b>CARNE</b>	Iscas de Cebolada e Batata Cozida	556
	<b>DIETA</b>	Arroz de Carne ao Natural	704
	<b>SUG.CHEFE</b>	Peixe à Lisbonense	757

Nota: Os Pratos confeccionados nesta ementa semanal podem conter os seguintes alergénios: **cereais que contêm glúten e produtos à base destes cereais, crustáceos e produtos à base de crustáceos, ovos e produtos à base de ovos, peixes e produtos à base de peixe, amendoins e produtos à base de amendoins, soja e produtos à base de soja, leite e produtos à base de leite, frutos de casca rija e produtos à base destes frutos, aipo e produtos à base de aipo, mostarda e produtos à base de mostarda, sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremço e produtos à base tremço, moluscos e produtos à base de moluscos.**