



## C.C.D. \_ TRANQUILIDADE

Semana de 26/03 a 30/03/2018

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Minestrone	109
	PEIXE	Bacalhau Espiritual	644
	CARNE	Rojões à Moda do Minho	1065
	DIETA	Bifinho de Frango Grelhado e Arroz Branco	469
	SUG.CHEFE	Lasanha de Atum	812
3ª FEIRA	SOPA	Aveludado de Nabo	102
	PEIXE	Pescada Dourada e Arroz de Coentros	623
	CARNE	Empadão de Vaca em Arroz	836
	DIETA	Solha Grelhada, Batata e Legumes Cozidos	413
	SUG.CHEFE	Ervilhas c/ Ovos Escalfados e Enchidos	965
4ª FEIRA	SOPA	Feijão Manteiga c/ Espinafres	152
	PEIXE	Ensopado de Cação e Batata Cozida	561
	CARNE	Frango Assado à Padeiro	753
	DIETA	Hambúrguer de Vaca Grelhado e Legumes cozidos	514
	SUG.CHEFE	Paella de Legumes	637
5ª FEIRA	SOPA		
	PEIXE		
	CARNE		
	DIETA		
	SUG.CHEFE		
6ª FEIRA	SOPA		
	PEIXE		
	CARNE		
	DIETA		
	SUG.CHEFE		

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, tremçoço e produtos à base tremçoço, moluscos e produtos à base de moluscos.