



C.C.D. _ TRANQUILIDADE

Semana de 26/02 a 02/03/2018

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Alho Francês	119
	PEIXE	Bacalhau Espiritual	644
	CARNE	Perna Peru Estufada c/ Molho de Cerveja e Fusilli Salteado	687
	DIETA	Hambúrguer de Vaca Grelhado e Feijão-verde Cozido	514
	SUG.CHEFE	Cotovelinhos c/ Frutos do Mar e Tomate	680
3ª FEIRA	SOPA	Grão c/ Espinafres	169
	PEIXE	Pescada à Marinheiro c/ Amêijoas e Batata Cozida	478
	CARNE	Carne de Vaca à Moda de Lafões	745
	DIETA	Perca Assada no Forno Simples e Legumes Estufados	571
	SUG.CHEFE	Chilli à Mexicana	689
4ª FEIRA	SOPA	Grelos c/ Nabo	109
	PEIXE	Choco à Primavera	450
	CARNE	Frango de Caril e Arroz Branco	913
	DIETA	Escalopes de Vaca Grelhados e Arroz Branco	553
	SUG.CHEFE	Solha Frita e Arroz de Tomate	752
5ª FEIRA	SOPA	Juliana	138
	PEIXE	Salmão Grelhado c/ Ervas Aromáticas e Puré de Batata	797
	CARNE	Cachupa	989
	DIETA	Pescada Estufada ao Natural c/ Ervilhas e Batata	454
	SUG.CHEFE	Moelas à Chefe	633
6ª FEIRA	SOPA	Crema de Feijão	190
	PEIXE	Bacalhau à Minhota	740
	CARNE	Escalopes de Porco à Café e Batata Frita	792
	DIETA	Arroz de Carne ao Natural c/ Cenoura aos Cubos	704
	SUG.CHEFE	Fettuccine c/ Atum e Brócolos Gratinados	768

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.