



**SEMANA
DO ALENTEJO**

C.C.D. _ TRANQUILIDADE

Semana de 23/04 a 27/04/2018



| | | | Kcal |
|----------|-----------|---|------|
| 2ª FEIRA | SOPA | Couve Coração | 132 |
| | PEIXE | Bacalhau à Moda de Beja | 637 |
| | CARNE | Bitoque de Porco | 788 |
| | DIETA | Arroz de Carne ao Natural | 704 |
| | SUG.CHEFE | Quiche de Legumes | 537 |
| 3ª FEIRA | SOPA | Minestrone | 109 |
| | PEIXE | Arroz de Peixe Malandrinho c/ Coentros | 622 |
| | CARNE | Lombo de Porco c/ Amêijoas | 741 |
| | DIETA | Borrego Estufado ao Natural e Arroz Branco | 544 |
| | SUG.CHEFE | Strudell de Legumes | 746 |
| 4ª FEIRA | SOPA | FERIADO | |
| | PEIXE | | |
| | CARNE | | |
| | DIETA | | |
| | SUG.CHEFE | | |
| 5ª FEIRA | SOPA | Tomate c/ Pão Torrado | 152 |
| | PEIXE | Caril de Lulas e Arroz Branco | 701 |
| | CARNE | Cozido à Moda do Alentejo | 1058 |
| | DIETA | Carapaus Grelhados, Batata e Misto de Legumes Cozidos | 401 |
| | SUG.CHEFE | Ervilhas c/ Ovos Escalfados | 375 |
| 6ª FEIRA | SOPA | Caldo Verde | 185 |
| | PEIXE | Bacalhau Albardado e Arroz de Legumes | 669 |
| | CARNE | Favas Guisadas c/ Entrecosto | 711 |
| | DIETA | Ganso de Vaca Estufado Simples à Primavera | 513 |
| | SUG.CHEFE | Paella de Legumes | 637 |

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.**