

C.C.D. _ TRANQUILIDADE

Semana de 09/04 a 13/04/2018

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Alho Francês	119
	PEIXE	Bacalhau à Gomes de Sá	697
	CARNE	Perna de Peru c/ Molho logurte e Batata Frita às Rodelas	697
	DIETA	Cozido Simples	510
	SUG.CHEFE	Esparguete c/ Molho de Tomate, Ervilhas, Fiambre e Queijo	655
3ª FEIRA	SOPA	Lombardo	132
	PEIXE	Arroz de Potas à Pescador	572
	CARNE	Bifinhos de Porco Panados, Arroz Feijão e Couve Refogada	811
	DIETA	Solha Grelhada, Batata e Brócolos Cozidos	391
	SUG.CHEFE	Iscas de Cebolada e Batata Cozida	556
4ª FEIRA	SOPA	Feijão Vermelho c/ Nabijas	159
	PEIXE	Cação de Coentrada c/ Açorda	787
	CARNE	Strogonoff de Vaca e Batata Frita	938
	DIETA	Hambúrguer Grelhado, Esparguete e Feijão-verde Cozidos	614
	SUG.CHEFE	Ovos Verdes e Arroz de Legumes	635
5ª FEIRA	SOPA	Canja	
	PEIXE	Massada de Peixe c/ cubinhos de tomate	
	CARNE	Feijoada à Brasileira	
	DIETA	Lombinhos de Pescada Gratinados e Puré	
	SUG.CHEFE	Almofadinhas de Carne e Arroz de Tomate	
6ª FEIRA	SOPA	Crema de Feijão	
	PEIXE	Bacalhau à Minhota	
	CARNE	Escalopes de Porco à Café e Batata Frita	
	DIETA	Arroz de Carne ao Natural	
	SUG.CHEFE	Penne c/ Ervilhas, Delicias do Mar e Tomate Cherry	

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.**