

C.C.D. _ TRANQUILIDADE

Semana de 07/05 a 11/05/2018

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Alho Francês	119
	PEIXE	Bacalhau à Espiritual	644
	CARNE	Strogonoff de Vitela e Batata Frita	840
	DIETA	Arroz de Aves Simples	538
	SUG.CHEFE	Acepipes Salgados e Salada Russa	1064
3ª FEIRA	SOPA	Peixe c/ Tostinhas	156
	PEIXE	Pescada à Bulhão Pato e Batata Cozida	470
	CARNE	YAKITORI (Espetada de Galinha, cebola e pimentos)	
	DIETA	Abrótea Estufada Simples e Legumes Cozidos	552
	SUG.CHEFE	Salsichas, Ovo Estrelado e Batata Frita	981
4ª FEIRA	SOPA	Canja de Galinha	91
	PEIXE	Massada de Peixe à Fragateiro	617
	CARNE	Frango Corado, Arroz e Batata às Rodelas	815
	DIETA	Peru Estufado, Arroz e Juliana de Legumes	486
	SUG.CHEFE	Fusilli c/ Delicias do Mar e Brócolos	608
5ª FEIRA	SOPA	Feijão Encarnado c/ Nabo	159
	PEIXE	Potas de Tomatada e Puré de Batata	588
	CARNE	Feijoada à Brasileira	983
	DIETA	Solha Grelhada, Limão e Lombardo Cozido	413
	SUG.CHEFE	Quiche de Alho Francês	518
6ª FEIRA	SOPA	Caldo Verde	185
	PEIXE	Bacalhau à Rosa do Adro	605
	CARNE	Costeleta de Porco c/ Molho ao Piri-piri e Espirais Cozidas	749
	DIETA	Carapaus Grelhados e Batata Cozida	401
	SUG.CHEFE	Esparguete à Bolonhesa	707

Dia Do Japão

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 rijã 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.