

C.C.D. _ TRANQUILIDADE

Semana de 25/06 a 29/06/2018

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Agrião	132
	PEIXE	Bacalhau à Brás	704
	CARNE	Frango na Caçarola e Arroz Branco	761
	DIETA	Hambúrguer Grelhado, Arroz e Lombardo Cozido	614
	SUG.CHEFE	Macarrão Gratinado c/ Delícias do Mar e Ervilhas	615
3ª FEIRA	SOPA	Creme de Cenoura	99
	PEIXE	Carapaus Fritos e Arroz de Pimentos	553
	CARNE	Lombo de Porco c/ Ananás e Batatinha Corada	889
	DIETA	Pescada Cozida, Batata e Legumes Cozidos	368
	SUG.CHEFE	Carnes Frias e Batata Pala-pala	528
4ª FEIRA	SOPA	Brócolos	109
	PEIXE	Rissóis de Camarão e Salada Russa	769
	CARNE	Frango Corado, Arroz e Batata Frita	815
	DIETA	Borrego Cozido c/ Couve Portuguesa, Cenoura e Macarrão	530
	SUG.CHEFE	Maionese de Pescada	533
5ª FEIRA	SOPA	Abóbora c/ Lombardo	132
	PEIXE	Massada de Peixe c/ Cubinhos de Tomate	617
	CARNE	Costeleta de Porco c/ Molho Piri Piri e Esparguete	649
	DIETA	Pescada Aromatizada, Batata e Brócolos Cozidos	397
	SUG.CHEFE	Carnes Frias, Batata e Pickles	528
6ª FEIRA	SOPA	Aveludado de Nabo	102
	PEIXE	Bacalhau Cozido, Batata, Grão e Ovo Cozido	399
	CARNE	Almôndegas de Tomatada e Esparguete Cozido	828
	DIETA	Peixe-espada Grelhado, Batata e Legumes Cozidos	448
	SUG.CHEFE	Tortilha à Espanhola (batata, cebola e ovo)	668

Nota: Os Pratos confeccionados nesta ementa semanal podem conter os seguintes alérgenos: 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.