

## C.C.D. \_ TRANQUILIDADE

Semana de 16/07 a 20/07/2018

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Cenoura c/ Hortelã	101
	PEIXE	Bacalhau Espiritual	644
	CARNE	Strogonoff de Vitela e Arroz de Sultanas	840
	DIETA	Arroz de Aves Simples	538
	SUG.CHEFE	Fettuccine c/ Cogumelos e Linguça	746
3ª FEIRA	SOPA	Peixe c/ Tostinhas	156
	PEIXE	Pescada à Bulhão Pato e Batata Cozida	470
	CARNE	Rojões à Minhota	815
	DIETA	Abrótea Estufada Simples e Legumes Cozidos	552
	SUG.CHEFE	Gratinado de Macarrão c/ Carne Picada e Cogumelos	804
4ª FEIRA	SOPA	Canja de Galinha	91
	PEIXE	Carapaus Assados, Molho à Espanhola e Batata Cozida	579
	CARNE	Frango Corado, Arroz e Batata Frita	815
	DIETA	Borrego Estufado Simples, Arroz e Juliana de Legumes	544
	SUG.CHEFE	Fusilli c/ Delícias do Mar e Brócolos	608
5ª FEIRA	SOPA	Abóbora c/ Massinhas	114
	PEIXE	Choco Frito à Setubalense	799
	CARNE	Bitoque de Porco	788
	DIETA	Solha Grelhada, Limão e Lombardo Cozido	413
	SUG.CHEFE	Salsichas Frescas c/ Tagliatelle Gratinado	685
6ª FEIRA	SOPA	Feijão Branco c/ Espinafres	150
	PEIXE	Bacalhau Albardado e Arroz de Legumes	669
	CARNE	Esparguete à Bolonhesa	707
	DIETA	Frango Estufado ao Natural c/ Legumes	577
	SUG.CHEFE	Omeleta de Camarão e Batata Frita	832

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.