

C.C.D. _ TRANQUILIDADE**Semana de 30/07 a 03/08/2018**

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Crema de Cenoura	99
	PEIXE	Pastéis de Bacalhau e Arroz de Grelhos	803
	CARNE	Pá de Porco Fatiada c/ Abacaxi e Arroz de Cenoura	889
	DIETA	Carne de Vaca Cozida c/ Legumes	510
	SUG.CHEFE	Maionese de Pescada	533
3ª FEIRA	SOPA	Peixe c/ Hortelã	121
	PEIXE	Abrótea Estufada c/ Ervas Aromáticas, Batata e Legumes	671
	CARNE	Vitela Recheada c/ Chouriço e Arroz de Forno	774
	DIETA	Peixe-espada Grelhado, Limão e Legumes Cozidos	433
	SUG.CHEFE	Moelas Estufadas à Chefe	633
4ª FEIRA	SOPA	Nabiças c/ Massinhas	127
	PEIXE	Calamares de Tomatada e Batata Cozida	621
	CARNE	Frango Assado, Arroz Branco e Batata Pala-pala	821
	DIETA	Coelho Estufado Simples	573
	SUG.CHEFE	Alho Francês à Brás	632
5ª FEIRA	SOPA	Abóbora c/ Lombardo	132
	PEIXE	Massada de Peixe c/ Cubinhos de Tomate	617
	CARNE	Entremeada e Salsicha à Mirandesa e Batata a Murro	1199
	DIETA	Pescada Cozida, Batata e Brócolos Cozidos	368
	SUG.CHEFE	Tagliatelle c/ Tirinhas de Vaca e Ervilhas	745
6ª FEIRA	SOPA	Caldo Verde	185
	PEIXE	Bacalhau Cozido, Batata, Grão e Ovo Cozido	399
	CARNE	Arroz à Valenciana	677
	DIETA	Cozido Simples	510
	SUG.CHEFE	Quiche de Alho Francês c/ Milho	518

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.**