

**C.C.D. \_ TRANQUILIDADE**

**Semana de 13/08 a 17/08/2018**

			<b>Kcal</b>
<b>2ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Ervilhas c/ Coentros	132
	<b>PEIXE</b>	Pescada à Francesa e Salada Russa	733
	<b>CARNE</b>	Alheira no Forno, Batata às Rodelas e Arroz Branco	886
	<b>DIETA</b>	Hambúrguer de Aves Grelhado e Esparguete Cozido	506
	<b>SUG.CHEFE</b>	Tagliatelle c/ Potas e Pimentos	532
<b>3ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Lavrador	163
	<b>PEIXE</b>	Red-fish à Lagareiro e Batata a Murro	532
	<b>CARNE</b>	Frango Assado, Arroz e Batata Pala-Pala	820
	<b>DIETA</b>	Tranches de Pescada Gratinadas Simples e Puré de Batata	512
	<b>SUG.CHEFE</b>	Esparguete Salteado c/ Fiambre aos Cubos, Bacon e Alecrim	685
<b>4ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	<b>FERIADO</b>	
	<b>PEIXE</b>		
	<b>CARNE</b>		
	<b>DIETA</b>		
	<b>SUG.CHEFE</b>		
<b>5ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Feijão Branco c/ Agrião	150
	<b>PEIXE</b>	Sardinhas Assadas, Batata Cozida e Salada de Pimentos	657
	<b>CARNE</b>	Perna de Porco Assada c/ Cravinho e Arroz de Forno	874
	<b>DIETA</b>	Frango Cozido c/ Legumes	645
	<b>SUG.CHEFE</b>	Macarronete Riscado c/ Peixe, Delícias do Mar e Hortelã	615
<b>6ª FEIRA</b>	<b>SOPA</b>	Primavera	137
	<b>PEIXE</b>	Bacalhau Cozido, Batata, Grão e Ovo Cozido	399
	<b>CARNE</b>	Carne de Vaca à Rio Tinto e Batata Frita	868
	<b>DIETA</b>	Abrótea Estufada ao Natural c/ Cebolinha	552
	<b>SUG.CHEFE</b>	Farfalle c/ Molho Pesto e Frango Desfiado	645

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.**