

## C.C.D. \_ TRANQUILIDADE

Semana de 27/08 a 31/08/2018



			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Ervilhas	132
	PEIXE	<b>Bacalhau à Moda de Beja</b>	637
	CARNE	Frango na Caçarola e Arroz Branco	761
	DIETA	Escalopes Grelhados, Arroz e Couve-de-bruxelas Cozidas	573
	SUG.CHEFE	Saladinha de Feijão-frade, Atum, Ovo Cozido e Salsa	668
3ª FEIRA	SOPA	Crema de Cenoura	99
	PEIXE	Carapaus Fritos e Arroz de Pimentos	553
	CARNE	<b>Carne de Porco à Alentejana</b>	750
	DIETA	Pescada Cozida, Batata e Legumes Cozidos	368
	SUG.CHEFE	Jardineira de Soja	947
4ª FEIRA	SOPA	Nabiças	133
	PEIXE	Jardineira de Choco	445
	CARNE	<b>Lombo de Porco Assado</b>	889
	DIETA	Perna de Frango Corada e Espirais Cozidas c/ Milho	564
	SUG.CHEFE	Bolinhos de Alho Francês e Arroz de Feijão Manteiga	755
5ª FEIRA	SOPA	Brócolos	119
	PEIXE	Rissóis de Camarão e Arroz de Tomate	769
	CARNE	<b>Entrecosto no Forno c/ Migas</b>	795
	DIETA	Carne Coz. c/ Couve Portuguesa, Cenoura e Macarrão Cozida	510
	SUG.CHEFE	Caril de Grão-de-bico c/ Ovo aos Gomos	538
6ª FEIRA	SOPA	Juliana	138
	PEIXE	<b>Bacalhau de Cebolada</b>	574
	CARNE	Perna de Peru à Padeiro e Arroz de Cenoura	608
	DIETA	Peixe-espada Grelhado, Batata e Legumes Cozidos	448
	SUG.CHEFE	Tortilha à Espanhola	668

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 rijas 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.