



C.C.D. _ TRANQUILIDADE

Semana de 17/09 a 21/09/2018

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Canja de Galinha	91
	PEIXE	Pastéis de Bacalhau e Arroz de Grelos	803
	CARNE	Caril de Frango e Arroz Branco	913
	DIETA	Escalopes de Vaca Grelhados, Arroz e Legumes	553
	SUG.CHEFE	Esparguete c/ Atum e Tomate Maduro	673
3ª FEIRA	SOPA	Abóbora c/ Agrião	132
	PEIXE	Choquinhos à Algarvia, Bat. Cozida e Molho de Azeite e Alho	574
	CARNE	Iscas de Cebolada e Batata Cozida	556
	DIETA	Red-fish Assado Simples e Legumes Cozidos	416
	SUG.CHEFE	Penne Mediterrâneo (carne picada, azeitonas, salsa e queijo ralado)	746
4ª FEIRA	SOPA	Camarão c/ Pão Torrado	101
	PEIXE	Cação de Coentrada e Batata Cozida	561
	CARNE	Frango Assado no Forno à Moda da Bairrada	829
	DIETA	Bife de Peru Grelhado e Misto de Legumes	501
	SUG.CHEFE	Tomates Recheados c/ Legumes à Provençal	452
5ª FEIRA	SOPA	Cenoura c/ Hortelã	101
	PEIXE	Perca Assada à Padeiro e Batata aos Gomos	527
	CARNE	Strogonoff de Vaca e Arroz Árabe	938
	DIETA	Carapaus Grelhados, Molho de Limão e Batata Cozida	401
	SUG.CHEFE	Macarronete c/ Alho Francês, Cenoura Ralada e Peru Desafiado	801
6ª FEIRA	SOPA	Macedónia	137
	PEIXE	Bacalhau Cozido, Batata, Grão e Ovo Cozido	399
	CARNE	Rancho à Moda de Viseu	1022
	DIETA	Carne de Vaca Estufada Simples e Arroz Branco	720
	SUG.CHEFE	Alho Francês à Brás	632

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.