



SABORES DAS BEIRAS

C.C.D. _ TRANQUILIDADE



Semana de 24/09 a 28/09/2018

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Minestrone	109
	PEIXE	Bacalhau Apetitoso	430
	CARNE	Rojões à Portuguesa	1065
	DIETA	Bifinho de Frango Grelhado e Arroz Branco	469
	SUG.CHEFE	Pimentos Recheados c/ Legumes e Queijo	824
3ª FEIRA	SOPA	Aveludado de Nabo	102
	PEIXE	Calamares e Salada Russa	600
	CARNE	Fritada c/ Vinho Tinto	804
	DIETA	Solha Grelhada, Batata e Legumes Cozidos	413
	SUG.CHEFE	Espiraais c/Queijo, Fiambre aos Cubos e Brócolos	685
4ª FEIRA	SOPA	Abóbora	120
	PEIXE	Sardinhas Recheadas	908
	CARNE	Feijoada à Transmontana e Arroz Branco	1293
	DIETA	Hambúrguer de Vaca Grelhado e Legumes Cozidos	514
	SUG.CHEFE	Paella de Legumes	637
5ª FEIRA	SOPA	Nabiças	133
	PEIXE	Caldeirada à Poveira	597
	CARNE	Arroz de Pato à Antiga	1180
	DIETA	Pescada Cozida, Batata e Cenoura Cozida	365
	SUG.CHEFE	Peixinhos da Horta a Arroz de Tomate	655
6ª FEIRA	SOPA	Tomate c/ Tostinhas	152
	PEIXE	Bacalhau à Rosa do Adro	605
	CARNE	Arroz de Entrecosto e Favas	825
	DIETA	Borrego Cozido c/ Hortelã	530
	SUG.CHEFE	Cannellones de Espinafres	596

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.