

C.C.D. _ TRANQUILIDADE

Semana de 05/11 a 09/11/2017

			Kcal
2ª FEIRA	SOPA	Couve Branca	133
	PEIXE	Bacalhau à Florentina	637
	CARNE	Pá de Porco Fatiada c/ Abacaxi e Arroz de Cenoura	889
	DIETA	Carne de Vaca Cozida c/ Legumes	510
	SUG.CHEFE	Omeleta de Delícias do Mar e Batata Frita	832
3ª FEIRA	SOPA	Feijão-verde	139
	PEIXE	Abrótea Estufada à Provençal, 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	Esparguete c/ Carne Picada e Molho de Ervas	801
4ª FEIRA	SOPA	Ervilhas c/ Bacon	169
	PEIXE	Lulas de Tomatada e Puré de Batata	625
	CARNE	Frango Assado, Arroz Branco e Batata Pala-pala	821
	DIETA	Peru Estufado Simples e Esparguete Cozido	506
	SUG.CHEFE	Alho Francês à Brás	632
5ª FEIRA	SOPA	Abóbora c/ Lombardo	132
	PEIXE	Massada de Peixe c/ Cubinhos de Tomate	617
	CARNE	Feijoada à Brasileira	983
	DIETA	Pescada Cozida, Batata e Brócolos Cozido	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	Bife de Frango Grelhado e Legumes	438
	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.