

| Nome da UO           | SEMANA 6: De 16/12/2024 a 20/12/2024 |   |                               |                    |   |
|----------------------|--------------------------------------|---|-------------------------------|--------------------|---|
|                      | Sopa                                 | Prato Principal   | Sobremesa                     | Celíaco*           | Diariamente   |
| <b>Segunda-feira</b> | Creme de Legumes                     | Croquetes/ barritas de peixe com arroz de feijão                                  | Fruta da Época                | Conduto sem glúten | <b>Salada de legumes crus</b> (composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – alface, beterraba, cenoura, couve-roxa, pepino, pimentos, repolho, tomate, outros)<br><b>ou cozidos/salteados</b> (em jardineira, macedónia ou outro, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – abóbora, beringela, brócolos, cenoura, curgete, couve (diferentes variedades), couve-flor, feijão-verde, milho, outros)<br><b>2 variedades de fruta</b> mesmo nos dias de sobremesa doce<br><b>A água é a única bebida servida</b> |
| <b>Terça-feira</b>   | Abóbora com grão                     | Frango estufado com Massa esparguete e cenoura                                    | Fruta da Época                | Massa sem glúten   |   |
| <b>Quarta -feira</b> | Feijão-verde                         | Bacalhau à Brás com grão e batata   | Fruta da Época                | Idêntico           |   |
| <b>Quinta-feira</b>  | Creme de couve-flor com cenoura      | Ervilhas guisadas com carne de porco para guisar com arroz                        | Fruta da Época                | Idêntico           |   |
| <b>Sexta-feira</b>   | Feijão e nabiças                     | Massa de mar (massa cotevelinhos, atum e/ou outro peixe, ovo, cenoura e ervilhas) | Fruta da Época/Sobremesa Doce | Massa sem glúten   |   |

\*Não dispensa a leitura dos rótulos dos produtos a utilizar

As refeições contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contém glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Moluscos. Assim, no caso de alergias alimentares, comprovadas pelo médico, devem ser previamente comunicadas.

