

SEMANA 3: De 14/10/2024 a 18/10/2024					
Nome da UO	Sopa	Prato Principal	Sobremesa	Celíaco*	Diariamente
Segunda-feira	Bonita (cenoura, repolho, alho-francês)	Almondegas de vaca com massa esparguete	Fruta da Época	Almondegas e massa sem glúten	<p>Salada de legumes crus (composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – alface, beterraba, cenoura, couve-roxa, pepino, pimentos, repolho, tomate, outros)</p> <p>ou cozidos/salteados (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)</p> <p>2 variedades de fruta mesmo nos dias de sobremesa doce</p> <p>A água é a única bebida servida</p>
Terça-feira	Feijão com hortaliças	Bacalhau de natas (bacalhau, batata aos cubos, espinafres ou cenoura)	Sobremesa Doce/Fruta da Época	Idêntico	
Quarta -feira	Abóbora com repolho	Ovos Mexidos com arroz de legumes	Fruta da Época	Idêntico	
Quinta-feira	Favas e cenoura	Salada de Atum (Batata, Atum, grão ou feijão frade, azeitonas)	Fruta da Época	Idêntico	
Sexta-feira	Feijão-Verde	Pernas de frango estufadas com ervilhas e massa cotovelinhos	Fruta da Época	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 contêm 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.