



Semana de 9 a 15 de março de 2020



		ALMOÇO	JANTAR
SEGUNDA 9	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	sopa à lavrador Empadão de carne Empadão de carne Kiwi	Creme de legumes Refeição de reforço*  maçã assada
TERÇA 10	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Canja Feijão frade c/ atum e ovo Arroz branco c/ atum e ovo gelatina	Caldo de cebola Refeição de reforço*  Pêra
QUARTA 11	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	sopa de alho francês Frango assado com batata frita frango assado com arroz branco laranja	Assorda de bacalhau Refeição de reforço*  iogurte
QUINTA 12	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Sopa à lavrador Espetadas mistas c/ espirais Espetadas mistas c/ espirais Pêra	Sopa de alho francês Refeição de reforço* gelatina
SEXTA 13	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	sopa à juliana Bacalhau no forno c/ batata a murro Bacalhau no forno c/ batata a murro maçã	Sopa juliana Refeição de reforço*  banana
SÁBADO 14	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	sopa de couve lombardo Rancho Rancho simples (s/ enchidos) Kiwi	Creme de ervilhas Refeição de reforço*  Pêra
DOMINGO 15	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	creme de cenoura Arroz de tentáculos Arroz de tentáculos ovo estrelado (ananás e pêsego)	Sopa à lavrador Refeição de reforço*  gelatina

**INFORMAÇÃO** : Todas as refeições onde não estiverem inseridos os legumes directamente no recheio, são servidas com as respectivas saladas da época, como por exemplo: alface, tomate, pepino, cenoura ralada, couve roxa e até pimento ralado.

**PEQUENAS REFEIÇÕES**: Chá, leite ou café, pão simples, c/ doce, manteiga, marmelada, fiambre ou queijo

**INFORMAÇÃO - ALERGENEOS** Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Leite de Vaca e derivados; Fruta; Leguminosas (p.e. Amendoins e Soja e derivados); Ovos e derivados; Nozes; Peixes e derivados; Crustáceos; Produtos Hortícolas; Trigo e outros cereais (com glúten). (Directiva 2003/89/CE de 10 de Novembro de 2003)

**UTILIZAÇÃO PREVISTA DO PRODUTO** Considera-se que os produtos sejam dirigidos a toda a população em geral, inclusive a grupos específicos/de risco como: criança, grávidas, idosos, com patologia.

\* Quando solicitado pelo utente

Rio de loba, 06 de Março de 2020