

# EMENTA



Totalis  
TOTALIS S.A. | ALIMENTAÇÃO

ESDRM

POLITÉCNICO  
DE SANTARÉM



SEMANA DE 02/01/2023 a 06/01/2023

## ALMOÇO

## JANTAR

2ª feira	Sopa	Creme de cenoura
	Carne	Febras de porco grelhadas
	Peixe	Atum c/ salada russa
	Vegetariano	Crepes de legumes
3ª feira	Sopa	Lombardo
	Carne	Rancho á moda de viseu
	Peixe	Bacalhau c/ natas
	Vegetariano	Legumes salteados c/ arroz
4ª feira	Sopa	Feijão verde
	Carne	Empadão de vitela
	Peixe	Pataniscas de bacalhau
	Vegetariano	Hamburguer de quinoa
5ª feira	Sopa	Caldo verde
	Carne	Frango á brás
	Peixe	Peixe no forno c/ batata corada
	Vegetariano	Quiche de legumes
6ª feira	Sopa	Alho francês
	Carne	Frango no forno c/ limão
	Peixe	Peixe no cozido c/ legumes
	Vegetariano	Empadão de legumes c/ arroz

2ª feira	Sopa	Creme de cenoura
	carne	Estufado de carne c/ legumes
	peixe	Peixe cozido c/ legumes
	Vegetariano	Massa gratinada c/ legumes
3ª feira	Sopa	Lombardo
	carne	Tirinhas de porco salteadas
	peixe	Solha gratinada
	Vegetariano	Bolonhesa de soja
4ª feira	Sopa	Feijão verde
	carne	Frango estufado á primavera
	peixe	Red fish no forno
	Vegetariano	Omelete de legumes no forno
5ª feira	Sopa	Caldo verde
	carne	Bifinhos de porco de cebolada
	peixe	Argolas de pota á romana
	Vegetariano	Pizza de legumes
6ª feira	Sopa	Alho francês
	carne	Ovos mexidos c/ salsicha
	peixe	Peixe espada grelhado c/ legumes
	Vegetariano	Chamuças de legumes



Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações | ASAE Rua Rodrigo da Fonseca, 73, 1250-0,96 Lisboa

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos que podem provocar alergias ou intolerâncias: Cereais que contém Glutén; Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, Aipo, Mostarda, Sementes de Sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, tremço e Molusco. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos. Caso tenha alguma dúvida, em identificar algum dos alérgenos acima mencionados, nos produtos fornecidos/refeição, pode solicitar junto da responsável do refeitório as fichas técnicas dos produtos assim como rótulos dos produtos.

Administrador (a) dos SASIPS: \_\_\_\_\_

Nutricionista: Potazo