

EMENTA



ESDRM



SEMANA DE 13/02/2023 a 17/02/2023

ALMOÇO

JANTAR

2ª feira	Sopa	Legumes
	Carne	Febras de porco grelhadas c/molho limão
	Peixe	Atum á brás
	Vegetariano	Hambúguer de legumes no forno c/arroz branco
3ª feira	Sopa	Feijão verde
	Carne	Xili á mexicana
	Peixe	Pescada grelhada
	Vegetariano	Bolonhesa de soja
4ª feira	Sopa	Caldo verde
	Carne	Perna de porco estufada c/fusilli
	Peixe	Carapau grelhado c/ molho á espanhola
	Vegetariano	Chamuças de legumes c/ arroz
5ª feira	Sopa	Creme de cenoura
	Carne	Frango estufado c/ legumes
	Peixe	Massada de peixe
	Vegetariano	Quiche de legumes
6ª feira	Sopa	Espinafres
	Carne	Almondegas de tomatada c/ puré
	Peixe	Jardineira de pota
	Vegetariano	Crepes de legumes no forno com arroz alegre

2ª feira	Sopa	Legumes
	Carne	Vitela estufada c/ arroz
	Peixe	Solha gratinada c/ legumes
	Vegetariano	Ovos mexidos c/ cogumelos
3ª feira	Sopa	Feijão verde
	Carne	Bifanas de cebolada
	Peixe	Saladinha de atum c/ ovo
	Vegetariano	Estufado de grão c/ legumes
4ª feira	Sopa	Caldo verde
	Carne	Strogonoff c/ arroz
	Peixe	Abrotea cozida c/ legumes
	Vegetariano	Omeleta de legumes no forno
5ª feira	Sopa	Creme de cenoura
	Carne	Ovo mexido c/ salsichas
	Peixe	Douradinhos de peixe no forno
	Vegetariano	Legumes gratinados c/ fusilli
6ª feira	Sopa	Espinafres
	Carne	Frango no forno c/ arroz
	Peixe	Pescada cozida c/ legumes
	Vegetariano	Xili 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 contêm Glutén; Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, Alpo, Mostarda, Sementes de Sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, tremçoço 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: Potmaia