

## Ementa - Celiaca

**25 a 29 Junho**

|                  |       |  | Glic | Lip  | Prot | KCal  |
|------------------|-------|--|------|------|------|-------|
| <b>2ª. Feira</b> | Sopa  | Espinafres   | 12,3 | 2,3  | 2,3  | 79,1  |
|                  | Prato | Febras de Cebolada c/ batata cozida e brócolos                         | 17,7 | 12,5 | 15,2 | 243,6 |
|                  | Sob.  | Fruta da Época   | 8,1  | 0,3  | 0,4  | 36,6  |
| <b>3ª. Feira</b> | Sopa  | Agrião   | 12,0 | 2,3  | 2,5  | 78,2  |
|                  | Prato | Massinha de Peixe (s/ glúten) <sup>(3)(4)</sup>                        | 33,4 | 3,5  | 17,1 | 234,2 |
|                  | Sob.  | Fruta da Época   | 8,1  | 0,3  | 0,4  | 36,6  |
| <b>4ª. Feira</b> | Sopa  | Alho Francês   | 12,0 | 2,1  | 1,8  | 73,6  |
|                  | Prato | Escalopes de Vaca Salteados c/ arroz de ervilhas e milho, salada       | 35,3 | 12,7 | 16,2 | 320,6 |
|                  | Sob.  | Fruta da Época   | 8,1  | 0,3  | 0,4  | 36,6  |
| <b>5ª. Feira</b> | Sopa  | Macedónia  | 12,8 | 2,2  | 2,3  | 80,1  |
|                  | Prato | Peixe Assado <sup>(4)</sup> c/ arroz de cenoura e salada               | 34,8 | 5,9  | 18,5 | 266,6 |
|                  | Sob.  | Gelatina <sup>(12)</sup>   | 16,0 | 0,2  | 1,9  | 73,2  |
| <b>6ª. Feira</b> | Sopa  | Creme de Abóbora c/ Legumes  | 12,5 | 2,3  | 2,5  | 81,2  |
|                  | Prato | Carne de Porco Estufada c/ grão, cenoura, lombardo e massa (s/ glúten) | 39,5 | 6,9  | 17,1 | 288,1 |
|                  | Sob.  | Fruta da Época   | 8,1  | 0,3  | 0,4  | 36,6  |

**Alergénios:** (1) Glúten; (2) Crustáceos; (3) Ovo; (4) Peixe; (5) Amendoim; (6) Soja; (7) Leite; (8) Frutos de Casca Rija; (9) Aipo; (10) Mostarda; (11) Sésamo; (12) Sulfitos; (13) Tremoço; (14) Moluscos

Dada a possibilidade de qualquer um dos componentes da refeição poderem conter resíduos de qualquer um dos alergénios e haver variantes nos ingredientes utilizados na confeção, consulte o responsável da unidade para mais informações.

**Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos**