

Ementa setembro

info nutricional

símbolos

| | | 31/ago | | Contém os seguintes alérgenos: | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | sem lactose | sem glúten | Receita Go Natural |
|-----------|-------------------|-------------------------------------|---------|--------------------------------|------|-----------|----------|---------|-----|-------------|------------|--------------------|
| Segunda | Sopa | | | | | | | | | | | |
| | Prato Principal | | | | | | | | | | | |
| | Guarnição | | | | | | | | | | | |
| | Legumes | | | | | | | | | | | |
| | Dieta | | | | | | | | | | | |
| | Guarnição Dieta | | | | | | | | | | | |
| | Prato Vegetariano | | | | | | | | | | | |
| Sobremesa | | | | | | | | | | | | |
| | | 01/set | | Contém os seguintes alérgenos: | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | sem lactose | sem glúten | Receita Go Natural |
| Terça | Sopa | Sopa de Lentilhas | | | 60 | 3,06 | 2,08 | 6,80 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Prato Principal | Hambúrguer de Salmão | 5 | | 180 | 9,77 | 15,65 | 0,08 | | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Guarnição | Batatas Cozida | | | 116 | 3,25 | 0,00 | 24,96 | | ✓ | ✓ | |
| | Legumes | Cenoura Ralada | | | 6 | 0,18 | 0,00 | 1,32 | | ✓ | ✓ | |
| | Dieta | Pescada ao Vapor | 5 | | 88 | 15,12 | 3,04 | 0,00 | | ✓ | ✓ | |
| | Guarnição Dieta | Batatas Cozida | | | 116 | 3,25 | 0,00 | 24,96 | | ✓ | ✓ | |
| | Prato Vegetariano | Aveia c/ Legumes Assados e Ovo | 3 | | 290 | 14,94 | 12,80 | 27,83 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Sobremesa | Fruta à Peça | | | 98 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | | ✓ | ✓ | | |
| | | 02/set | | Contém os seguintes alérgenos: | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | sem lactose | sem glúten | Receita Go Natural |
| Quarta | Sopa | Sopa de Couve Flor e Coentros | | | 53 | 4,15 | 1,42 | 5,14 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Prato Principal | Pernas de Frango | 7 | | 383 | 75,55 | 8,43 | 1,36 | | ✓ | ✓ | |
| | Guarnição | Salada de Batata Alemã | 12 | | 563 | 24,35 | 6,69 | 98,13 | | | | |
| | Legumes | Purê de Cenoura | 1 | 7 | 36 | 0,63 | 2,76 | 2,23 | | | ✓ | |
| | Dieta | Bife de Peru | | | 66 | 14,59 | 0,81 | 0,00 | | ✓ | ✓ | |
| | Guarnição Dieta | Arroz Branco | | | 140 | 2,75 | 0,22 | 30,76 | | ✓ | ✓ | |
| | Prato Vegetariano | Paella Vegetariana | | | 220 | 7,37 | 2,87 | 40,09 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| Sobremesa | Fruta à Peça | | | 98 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | | ✓ | ✓ | | |
| | | 03/set | | Contém os seguintes alérgenos: | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | sem lactose | sem glúten | Receita Go Natural |
| Quinta | Sopa | Sopa de Feijão Vermelho | | | 69 | 5,05 | 1,01 | 9,80 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Prato Principal | Massinha de Peixe | 2 | 5 | 315 | 20,38 | 12,24 | 29,67 | | ✓ | ✓ | |
| | Guarnição | Incluído | | | 0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | ✓ | ✓ | |
| | Legumes | Feijão Verde Cozido | | | 17 | 1,27 | 0,20 | 2,53 | | ✓ | ✓ | |
| | Dieta | Perca Cozida | | 5 | 73 | 15,51 | 0,74 | 0,00 | | ✓ | ✓ | |
| | Guarnição Dieta | Batatas Cozida | | | 116 | 3,25 | 0,00 | 24,96 | | ✓ | ✓ | |
| | Prato Vegetariano | Ervilhas c/ Ovos Cozidos | 3 | | 197 | 18,15 | 8,85 | 11,25 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| Sobremesa | Fruta à Peça | | | 98 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | | ✓ | ✓ | | |
| | | 04/set | | Contém os seguintes alérgenos: | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | sem lactose | sem glúten | Receita Go Natural |
| Sexta | Sopa | Sopa de Curgete | | | 63 | 2,22 | 4,55 | 3,36 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Prato Principal | Jardineira | | | 238 | 27,78 | 5,85 | 18,25 | | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Guarnição | Incluído | | | 0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | ✓ | ✓ | |
| | Legumes | Salada de Alface e Milho | | | 14 | 0,53 | 0,37 | 1,87 | | ✓ | ✓ | |
| | Dieta | Pernas de Frango Assadas ao Natural | | | 351 | 75,25 | 5,49 | 0,00 | | ✓ | ✓ | |
| | Guarnição Dieta | Noodles de Arroz | | | 147 | 2,90 | 0,41 | 33,21 | | ✓ | ✓ | |
| | Prato Vegetariano | Eggmuffin | 1 2 3 7 | 9 | 459 | 29,02 | 17,60 | 45,12 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| Sobremesa | Fruta à Peça | | | 98 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | | ✓ | ✓ | | |

As opções vegetariana e dieta estão diariamente disponíveis mediante reserva.

Os alérgenos acima mencionados referem-se a:

1) Leite, 2) Glúten, 3) Ovo, 4) Crustáceos, 5) Peixe, 6) Amendoim, 7) Soja, 8) Frutos de Casca Riça, 9) Aipo, 10) Mostarda, 11) Sésamo, 12) Dióxido de Enxofre e Sulfitos, 13) Tremeço, 14) Moluscos