

APIST REFEITÓRIO

Semana de 11 a 15 Fevereiro de 2019

Almoço

Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa couve coração ^{1,3,5,6,7,8,12}	163	39	1,3	0,2	5,3	1,4	0,9	0,1
Prato	Empadão de atum c/ Arroz e cenoura ¹	558	119	2,2	0,4	14,0	1,2	9,5	1,1
Dieta	Red fish no forno c/ batata doce e legumes ^{1,3}	640	75	1,1	0,2	8,9	1,3	6,9	0,2
Creche	Empadão de atum c/ Arroz e cenoura ¹	558	119	2,2	0,4	14,0	1,2	9,5	1,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Salada	Cenoura e beterraba								

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa abobórea e couve flor ^{1,3,5,6,7,8,12}	163	39	1,3	0,2	5,3	1,4	0,9	0,1
Prato	Perú Estufado c/ Esparguete	540	128	3,5	0,9	13,7	0,8	9,8	0,3
Dieta	Bife de peru c/ Esparguete e bróculos	640	75	1,1	0,2	8,9	1,3	6,9	0,2
Creche	Perú Estufado c/ Esparguete	540	128	3,5	0,9	13,7	0,8	9,8	0,3
Sobremesa	Gelatina	231	54	0,0	0,0	12,3	12,2	1,3	0,5
Salada	Couve roxa e alface								

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa Espinafres ^{1,3,5,6,7,8,12}	166	40	1,3	0,2	5,5	1,5	1,0	0,1
Prato	Pescada c/salada Russa (batata,feijão verde)	640	152	4,4	0,7	23,8	2,8	3,6	0,4
Dieta	Pescada c/ Ovo, batata,couve flor e f.verde ^{1,3}	492	117	3,7	1,4	13,1	1,4	7,6	0,3
Creche	Pescada c/salada Russa (batata,feijão verde)	640	152	4,4	0,7	23,8	2,8	3,9	0,4
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Salada	Cenoura e alface								

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Crema de legumes ^{1,3,5,6,7,8,12}	166	40	1,3	0,2	5,5	1,5	1,0	0,1
Prato	P Frango assado c/ batata frita e arroz	640	152	4,4	0,7	23,8	2,8	3,6	0,4
Dieta	P Frango assado c/ arroz e c. lombardo ^{1,3}	640	152	1,4	0,2	20,4	1,2	6,4	0,2
Creche	P Frango assado c/ batata frita e arroz	640	152	4,4	0,7	23,8	2,8	3,9	0,4
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Salada	Legumes salteados								

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa Feijão verde ^{1,3,5,6,7,8,12}	166	40	1,3	0,2	5,5	1,5	1,0	0,1
Prato	Massinha de abrotea c/ molho tomate	422	100	3,3	0,6	8,9	0,9	7,9	0,4
Dieta	Abrotea c/ batata, couve flor e f.verde ^{1,3}	492	117	3,7	1,4	13,1	1,4	7,6	0,3
Creche	Massinha de abrotea c/ molho tomate	422	100	3,3	0,6	8,9	0,9	7,9	0,4
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Salada	Cenoura e alface								

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

APIST
Refeitório
Semana de 18 a 22 Fevereiro de 2019
Almoço



Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa Legumes ^{1,3,5,6,7,8,12}	391	93	1,7	0,2	14,5	0,9	4,6	0,1
Prato	Rolo de Carne c/ arroz de cenoura	548	119	2,1	0,4	12,0	1,2	9,5	1,1
Dieta	Rolo de Carne c/ arroz de cenoura e legumes ^{4,5,8}	545	119	2,0	0,3	12,7	0,8	10,3	0,3
Creche	Rolo de Carne c/ arroz de cenoura	548	119	2,1	0,4	12,0	1,2	9,5	1,1
Sobremesa	Fruta da época 😊	231	54	0,0	0,0	12,3	12,2	1,3	0,5
Salada	Tomate e pepino								

Terça

Sopa	Sopa Creme de cenoura ^{1,3,5,6,7,8,12}	391	93	1,7	0,2	14,5	0,9	4,6	0,1
Prato	Salada de Salmão c/ Cotovelinhos e macedonia ⁴	588	119	2,2	0,4	14,0	1,2	9,5	1,1
Dieta	Salada de Salmão c/ cotovelinhos e legumes ^{4,5,8}	545	129	2,0	0,3	16,7	0,8	10,3	0,3
Creche	Salada de Salmão c/ cotovelinhos e macedonia ⁴	588	119	2,2	0,4	14,0	1,2	9,5	1,1
Sobremesa	Pudim morango ^{1,3,6,7,8,12}	231	54	0,0	0,0	12,3	12,2	1,3	0,5
Salada	Alface e tomate								

Quarta

Sopa	Sopa á camponesa ^{1,3,5,6,7,8,12}	163	39	1,3	0,2	5,3	1,4	0,9	0,1
Prato	C Porco assada c/ arroz ^{1,3,6}	620	165	3,5	0,9	13,7	0,8	9,8	0,3
Dieta	C Porco c/ arroz e c bruxelas	620	165	4,0	1,1	17,1	0,6	14,7	0,3
Creche	C Porco assada c/ esparguete ^{1,3,6}	620	165	3,5	0,9	13,7	0,8	9,8	0,3
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Salada	Cenoura e beterraba								

Quinta

Sopa	Sopa Couve portuguesa ^{1,3,5,6,7,8,12}	166	40	1,3	0,2	5,5	1,5	1,0	0,1
Prato	Bacalhau Espiritual	542	150	4,4	0,7	23,8	2,8	3,6	0,4
Dieta	Pescada cozida com batata, feijão verde, cenoura ^{4,5,6,7,9,10}	320	76	0,2	0,7	8,4	1,3	6,9	0,2
Creche	Bacalhau Espiritual	542	150	4,4	0,7	23,8	2,8	3,6	0,4
Sobremesa	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0
Salada	Tomate e alface								

Sexta

Sopa	Sopa Courgete ^{1,3,5,6,7,8,12}	166	40	1,3	0,2	5,5	1,5	1,0	0,1
Prato	Jardineira de Frango ^{1,3}	780	185	4,6	0,8	20,3	1,6	13,8	0,5
Dieta	Frango cozido simples (Cenoura, lombardo)	320	76	0,2	0,7	8,4	1,3	6,9	0,2
Creche	Jardineira de Frango ^{1,3}	780	185	4,6	0,8	20,3	1,6	13,8	0,5
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Salada	Cenoura								

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rij, 9Aipo, 10Mostarda, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

APIST
REFEITÓRIO
Semana de 25 Fevereiro a 1 Março de 2019
Almoço



		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Segunda									
Sopa	Sopa Espinafres ^{1,3,5,6,7,8,12}	171	41	1,3	0,2	5,8	1,0	0,9	0,1
Prato	Pasteis bacalhau c/ Arroz de cenoura	953	227	5,7	0,8	34,9	2,0	7,5	0,9
Dieta	Pescada c/ feijão verde, cenoura e couve flor	901	200	5,7	0,7	32,2	1,3	7,0	0,2
Creche	Pasteis bacalhau c/ Arroz de cenoura	953	227	5,7	0,8	34,9	2,0	7,5	0,9
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	12,3	12,2	1,3	0,5
Terça									
Sopa	Sopa Abóbora ^{1,3,5,6,7,8,12}	196	47	2,2	0,3	5,6	0,7	0,8	0,2
Prato	Esparguete á Bolonhesa	540	128	3,5	0,5	13,7	0,8	9,8	0,3
Dieta	Febras c/ batata e legumes	613	145	2,5	0,5	18,3	0,9	11,4	0,3
Creche	Esparguete á Bolonhesa	540	128	3,5	0,5	13,7	0,8	9,8	0,3
Sobremesa	Fruta da época ☺	199	47	0,4	0,0	12,3	12,2	1,3	0,5
Quarta									
Sopa	Sopa Espinafres ^{1,3,5,6,7,8,12}	171	41	1,3	0,2	5,8	1,0	0,9	0,1
Prato	Peixe à Gomes de Sã ^{3,4}	380	200	5,7	0,8	34,9	2,0	7,5	0,9
Dieta	Pescada c/ feijão verde, cenoura e couve flor	901	200	5,7	0,7	32,2	1,3	7,0	0,2
Creche	Peixe à Gomes de Sã ^{3,4}	380	200	5,7	0,8	34,9	2,0	7,5	0,9
Sobremesa	Gelatina Morango	199	47	0,4	0,0	12,3	12,2	1,3	0,5
Quinta									
Sopa	Creme de Cenoura ^{1,3,5,6,7,8,12}	196	47	2,2	0,3	5,6	0,7	0,8	0,2
Vegetariano	Carbonara de Legumes	780	185	4,6	0,8	20,3	1,6	13,8	0,5
Dieta	Bife frango corada c/ beringela e legumes	613	145	2,5	0,5	18,3	0,9	11,4	0,3
Creche	Carbonara de Legumes (c/ frango) ^{1,3,6,7}	780	185	4,6	0,8	20,3	1,6	13,8	0,5
Sobremesa	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0
Sexta									
Sopa	Sopa courgete ^{1,3,5,6,7,8,12}	171	41	1,3	0,2	5,8	1,0	0,9	0,1
Prato	Arroz de Peixe (perca)c/ oregãos ⁴	953	227	5,7	0,8	34,9	2,0	7,5	0,9
Dieta	Perca c/ feijão verde, cenoura e couve flor	901	200	5,7	0,7	32,2	1,3	7,0	0,2
Creche	Arroz de Peixe (perca) c/ oregãos ⁴	953	227	5,7	0,8	34,9	2,0	7,5	0,9
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	12,3	12,2	1,3	0,5

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rijas, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

APIST
REFEITÓRIO
Semana de 4 a 8 Março de 2019
Almoço



Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa de Feijão verde ^{1,3,5,6,7,8,12}	365	87	1,5	0,2	13,3	1,1	4,6	0,1
Prato	Strogonof Perú c/ Arroz Açafrão	496	117	2,1	0,4	15,0	1,0	9,1	0,1
Dieta	Strogonof Perú c/ Arroz Açafrão e courgete ^{3,4}	400	110	1,0	0,2	15,8	0,9	7,7	0,1
Creche	Strogonof Perú c/ Arroz Açafrão e cougete	496	117	2,1	0,4	15,0	1,0	9,1	0,1
Sobremesa	Fruta da época 😊	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Salada	Pepino e cenoura								

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa lombardo ^{1,3,5,6,7,8,12}	251	60	1,3	0,2	10,1	1,0	1,5	0,1
Prato	Lombos de Pescada c/ batata e macedónia	527	120	2,0	0,4	10,6	1,1	6,6	0,2
Dieta	Pescada cozida com batata, e macedonia ^{3,4}	386	92	2,9	0,6	8,0	1,0	7,9	0,3
Creche	Lombos Pescada c/ batata e macedónia	527	120	2,0	0,4	10,6	1,1	6,6	0,2
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Salada	Alface e tomate								

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa alho francês ^{1,3,5,6,7,8,12}	365	87	1,5	0,2	13,3	1,1	4,6	0,1
Prato	Cubinhos de vitela Estufados c/ Massa Espiral	530	148	5,3	1,4	16,1	1,2	5,1	0,4
Dieta	Cubinhos de Vitela c/ Legumes ^{3,4}	496	117	2,1	0,4	15,0	1,0	9,1	0,1
Creche	Cubinhos de vitela Estufados c/ Massa Espiral	530	148	5,3	1,4	16,1	1,2	5,1	0,4
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Salada	Pepino e cenoura								

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Crema cenoura ^{1,3,5,6,7,8,12}	168	40	1,4	0,2	5,3	1,1	1,0	0,1
Prato	Abrótea de cebolada c/ Puré	489	116	1,8	0,3	15,1	0,6	9,2	0,3
Dieta	Abrótea assada c/ Puré e brócolos	371	88	1,3	0,2	10,9	1,1	7,4	0,2
Creche	Abrótea de cebolada c/ Puré	489	116	1,8	0,3	15,1	0,6	9,2	0,3
Sobremesa	Banana 😊	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0
Salada	Alface e cenoura								

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa legumes ^{1,3,5,6,7,8,12}	365	87	1,5	0,2	13,3	1,1	4,6	0,1
Prato	Arroz Aves (frango, peru)	530	148	5,3	1,4	16,1	1,2	5,1	0,4
Dieta	Bife frango c/ arroz e Legumes ^{3,4}	496	117	2,1	0,4	15,0	1,0	9,1	0,1
Creche	Arroz Aves (frango, peru)	530	148	5,3	1,4	16,1	1,2	5,1	0,4
Sobremesa	Fruta da época 😊	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Salada	Pepino e cenoura								

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



APIST REFEITÓRIO Lanche

Segunda

Lanche Leite, pão com fiambre^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
------------	--------------	-------------	----------------	-----------	---------------	--------------	------------

449	106	3,3	1,4	13,3	4,1	5,4	0,7
-----	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----

Terça

Lanche Iogurte, pão com manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
------------	--------------	-------------	----------------	-----------	---------------	--------------	------------

726	173	5,5	3,1	25,1	8,3	5,0	0,6
-----	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----

Quarta

Lanche Leite, pão com chouriço^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
------------	--------------	-------------	----------------	-----------	---------------	--------------	------------

456	108	3,5	1,6	13,4	4,1	5,5	0,6
-----	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----

Quinta

Lanche Iogurte, pão com marmelada^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
------------	--------------	-------------	----------------	-----------	---------------	--------------	------------

642	152	1,3	0,7	29,5	13,2	4,8	0,5
-----	-----	-----	-----	------	------	-----	-----

Sexta

Lanche Leite, pão com queijo^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
------------	--------------	-------------	----------------	-----------	---------------	--------------	------------

439	104	2,9	1,6	13,5	4,1	5,7	0,5
-----	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rijas, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rijos, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas