

			Alergénios (*)	Prot.	HC	Açúc.	Lip	AG Sat	Sal	Kcal
Segunda-Feira	Sopa	creme de abóbora e couve-flor		4,7	17,1	4,2	1,5	0,2	0,3	95,7
	Normal	hambúrguer de vaca no forno com queijo, batata frita pala-pala e arroz branco	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; hambúrguer de vaca (glúten, soja, sulfitos);	35,9	59,4	0,6	46,1	15,2	1,4	803,5
	Vegetariana	hambúrguer de espinafres no forno com queijo, batata frita pala-pala e arroz branco	hambúrguer de espinafres (glúten, ovo, leite, aipo); bolo (glúten, ovo, leite, sulfitos, soja, frutos de casca rija, amendoim, sésamo); pão (glúten)	23,2	127,2	0,6	47,3	9,4	0,8	835,6
	Salada/Legumes	alface, tomate e cenoura		1,5	3,0	2,9	0,2	0,0	0,1	19,3
	Sobremesa	bolo / fruta da época		6,3	56,7	49,1	46,5	32,3	1,1	668,2
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Terça-Feira	Sopa	de feijão-verde e cebola		4,9	18,5	5,1	1,6	0,2	0,3	103,0
	Normal	filete de solha no forno com arroz de cenoura		36,5	29,4	5,9	14,2	3,0	1,2	393,2
	Vegetariana	chili de legumes (feijão-preto, milho, pimento, cenoura, curgete) com arroz de cenoura	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; solha; pão (glúten)	14,4	59,1	6,0	15,4	2,3	0,6	436,9
	Salada/Legumes	tomate, pepino e couve roxa		3,2	5,9	3,1	0,3	0,1	0,1	39,0
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Quarta-Feira	Sopa	creme de alho-francês e feijão-branco		5,1	18,4	3,6	1,5	0,2	0,3	103,1
	Normal	perninha de frango no forno com massa cotovelos		36,2	32,8	3,9	20,9	5,4	0,8	466,8
	Vegetariana	seitan no forno com molho cremoso de cenoura e massa cotovelos	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; massa (glutén); seitan (glúten, soja); pão (glúten)	9,1	42,6	2,6	16,9	2,4	0,5	363,5
	Salada/Legumes	pimento, cenoura e curgete salteados		1,6	3,4	3,2	0,4	0,1	0,1	22,7
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Quinta-Feira	Sopa									
	Normal									
	Vegetariana									
	Salada/Legumes									
	Sobremesa									
	Pão									
Corpo de Deus										
Sexta-Feira	Sopa	de couve-lombarda		4,7	16,8	4,0	1,5	0,2	0,3	94,5
	Normal	empadão de arroz com cavala, ervilhas, cenoura e milho		31,0	42,5	3,8	17,3	2,6	2,0	453,5
	Vegetariana	empadão de arroz com lentilhas, ervilhas, cenoura e milho	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; pão (glúten)	16,5	60,0	2,7	8,0	1,1	0,3	384,1
	Salada/Legumes	<u>incorporados</u> : cenoura, ervilha e milho		3,1	9,6	1,9	0,5	0,0	0,2	55,5
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4

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, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. **Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.** Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. Declaração nutricional: 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. Legenda: VE-Valor energético, Lip-Lípidos, AG Sat-Ácidos Gordos Saturados, HC-Hidratos de Carbono, Prot-Proteínas.

Ementa sujeita a alterações por motivos imprevisíveis.



			Alergénios (*)	Prot.	HC	Açúc.	Lip	AG Sat	Sal	Kcal
Segunda-Feira	Sopa	de couve-coração	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; ovo; massa (glúten); pão (glúten)	4,4	16,8	3,5	1,6	0,2	0,3	93,7
	Normal	ovo mexido com massa espiral salteada com cenoura, ervilhas e milho		16,5	23,7	2,8	22,8	4,1	0,8	368,0
	Vegetariana	salteado de legumes (ervilhas, cenoura e milho) com massa espiral		11,0	38,4	6,7	8,3	1,3	0,5	274,9
	Salada/Legumes									
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Terça-Feira	Sopa	creme de cenoura	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; filete de pescada; falafel (glúten); pão (glúten)	4,0	16,2	3,5	1,5	0,2	0,3	89,3
	Normal	filetes de pescada estufados com molho de tomate e arroz branco		26,2	34,1	2,2	16,6	2,4	0,7	393,8
	Vegetariana	falafel (bolinhos de grão-de-bico) no forno com arroz branco		12,1	68,3	1,9	16,4	2,3	0,4	476,8
	Salada/Legumes	tomate, beterraba e cenoura		2,2	3,8	3,8	0,3	0,1	0,2	26,3
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Quarta-Feira	Sopa	Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas								
	Normal									
	Vegetariana									
	Salada/Legumes									
	Sobremesa									
	Pão									
Quinta-Feira	Sopa	creme de brócolos e feijão-branco	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; ; massa (glúten); salmão; cogumelos (sulfitos); gelatina (sulfitos); pão (glúten)	5,8	18,7	3,8	1,7	0,2	0,3	108,5
	Normal	massa salteada de salmão, cogumelos e milho (massa macarronete)		26,5	18,3	0,8	38,5	7,0	0,4	526,8
	Vegetariana	massa salteada de favas, cogumelos e milho (massa macarronete)		9,8	37,3	2,2	8,5	1,3	0,2	268,8
	Salada/Legumes	tomate, pepino e couve-roxa		1,3	3,3	2,1	0,3	0,0	0,1	20,9
	Sobremesa	gelatina		26,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	104,7
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Sexta-Feira	Sopa	de curgete e couve-flor	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; almôndegas de aves (glúten, soja, sulfitos); pão (glúten)	4,6	16,8	4,0	1,5	0,2	0,3	94,2
	Normal	almôndegas de aves (frango e peru) estufadas com arroz de cenoura		23,3	36,8	2,1	24,8	1,2	0,4	466,9
	Vegetariana	feijão-vermelho estufado com couve-coração, cenoura e pimento, arroz de cenoura		16,3	53,6	2,6	8,5	1,2	0,5	361,1
	Salada/Legumes	couve-coração, pimento e cenoura salteados		2,2	3,8	3,4	0,1	0,0	0,1	24,3
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4

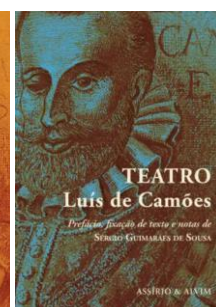
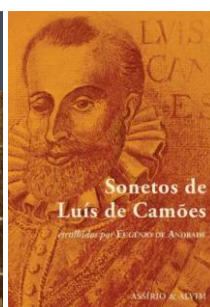
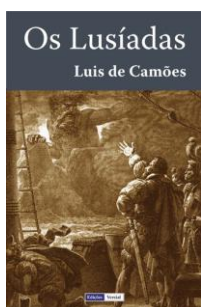
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. **Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.** Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. Declaração nutricional: 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. Legenda: VE-Valor energético, Lip-Lípidos, AG Sat-Ácidos Gordos Saturados, HC-Hidratos de Carbono, Prot-Proteínas.

Ementa sujeita a alterações por motivos imprevisíveis.

10 de Junho

A data homenageia a nação, a língua e as comunidades portuguesas, marcando o aniversário da morte do épico poeta Luís Vaz de Camões em 1580.

Mudam-se os tempos, mudam-se as vontades,
Muda-se o ser, muda-se a confiança;
Todo o mundo é composto de mudança,
Tomando sempre novas qualidades.



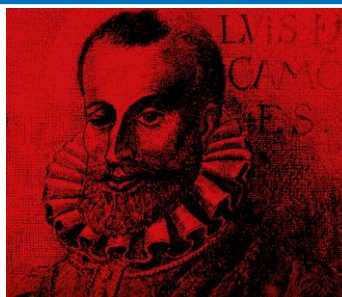
		Alergénios (*)	Prot.	HC	Açúc.	Lip	AG Sat	Sal	Kcal
Segunda-Feira	Sopa	de couve-lombarda e abóbora	4,7	16,9	4,1	1,5	0,2	0,3	95,3
	Normal	arroz de atum com cenoura e ervilhas	30,7	38,9	3,8	20,5	2,0	1,4	466,7
	Vegetariana	tofu no forno com arroz de cenoura	8,2	33,9	1,8	16,8	2,4	0,5	323,7
	Salada/Legumes	alface, beterraba e tomate	2,1	4,5	4,5	0,2	0,0	0,2	27,8
	Sobremesa	fruta da época	1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura	4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Terça-Feira	Sopa	creme de nabo e couve-flor	4,9	18,8	5,8	1,8	0,2	0,3	104,9
	Normal	rancho (massa macarronete, porco, frango, grão, cenoura, couve-coração e couve-lombarda)	28,8	37,9	4,5	18,9	4,6	0,4	440,0
	Vegetariana	rancho (massa macarronete, grão, cenoura, couve-coração e couve-lombarda)	8,8	37,9	4,5	8,4	1,2	0,2	264,8
	Salada/Legumes	<u>incorporados</u> : cenoura, couve-coração e couve-lombarda	2,1	2,4	2,1	0,3	0,0	0,1	24,4
	Sobremesa	fruta da época	1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura	4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Quarta-Feira	Sopa	de couve-branca e feijão-manteiga	5,5	19,4	4,6	1,7	0,2	0,3	109,7
	Normal	paloco salteado com batata e legumes (batata palha, cebola e pimento)	13,8	15,0	1,7	12,8	1,8	2,4	231,4
	Vegetariana	alho francês salteados com batata e legumes (alho francês, batata palha, cebola e pimento)	3,6	17,0	3,2	12,8	1,8	0,2	197,9
	Salada/Legumes	pepino, cenoura e alface	1,6	2,4	2,2	0,3	0,1	0,1	17,8
	Sobremesa	gelatina / fruta da época	26,1/ 1,2	0,0/ 15,2	0,0/ 15,0	0,0/ 0,4	0,0/ 0,0	0,0/ 0,0	104,7/ 69,8
	Pão	pão de mistura	4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Quinta-Feira	Sopa	de espinafres	4,4	16,4	3,6	1,6	0,2	0,3	92,3
	Normal	perna de peru no forno fatiada com molho de tomilho e limão, massa cotovelinhos	35,6	30,3	1,5	20,8	5,3	0,7	453,5
	Vegetariana	lentilhas estufadas com tomilho e massa cotovelinhos	15,4	49,4	2,1	8,1	1,2	0,4	337,7
	Salada/Legumes	feijão verde, cenoura e milho salteados	1,7	7,0	1,5	0,5	0,0	0,2	39,4
	Sobremesa	fruta da época	1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura	4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Sexta-Feira	Sopa	creme de lentilhas e abóbora	5,3	18,9	3,8	1,5	0,2	0,3	106,1
	Normal	filetes de pescada panados no forno com arroz branco	27,5	48,3	1,3	17,4	2,6	0,7	465,5
	Vegetariana	saladinha de feijão-frade (feijão-frade, cebola, alho, salsa) e arroz branco	12,8	62,4	1,8	14,8	2,3	0,4	440,8
	Salada/Legumes	tomate, couve-roxa e juliana de couve	1,5	4,6	4,2	0,1	0,0	0,1	24,0
	Sobremesa	fruta da época	1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura	4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4

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, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. **Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.** Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. Declaração nutricional: 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. Legenda: VE-Valor energético, Lip-Lípidos, AG Sat-Ácidos Gordos Saturados, HC-Hidratos de Carbono, Prot-Proteínas.

Ementa sujeita a alterações por motivos imprevisíveis.

500 anos do nascimento de Luís Vaz de Camões

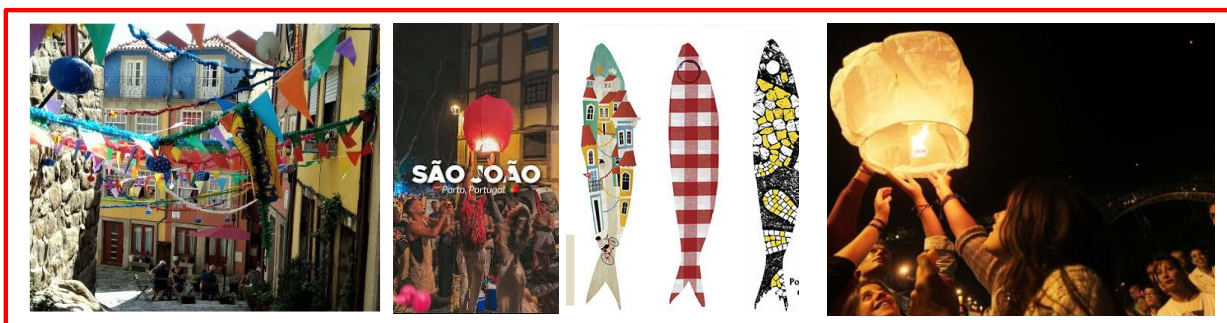
E sou já do que fui tão diferente
Que, quando por meu nome alguém me chama,
Pasma, quando conheço
Que ainda comigo mesmo me pareço.



			Alergénios (*)	Prot.	HC	Açúc.	Lip	AG Sat	Sal	Kcal
Segunda-Feira	Sopa	de alho-francês	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)];	4,0	16,2	3,5	1,5	0,2	0,3	89,3
	Normal	esparguete à bolonhesa (carne de vaca)	sulfitos]; carne	23,3	36,8	2,1	24,8	1,2	0,4	466,9
	Vegetariana	lentilhas à bolonhesa com cogumelos e esparguete	picada de vaca (glúten, soja, sulfitos); massa	16,2	49,6	2,2	8,3	1,3	0,4	343,2
	Salada/Legumes	alface, pepino e milho	(glúten); cogumelos (sulfitos); pão	2,2	6,2	0,9	0,6	0,1	0,2	38,9
	Sobremesa	fruta da época	(glúten)	1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura	(glúten)	4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Terça-Feira	Sopa	creme de ervilhas		5,6	18,3	3,9	1,6	0,2	0,3	105,6
	Normal	saladina de pescada com batata cozida e legumes	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)];	31,7	28,3	6,2	9,4	1,4	0,7	326,4
	Vegetariana	saladina de grão-de-bico com batata cozida e legumes	pescada; leite de	13,2	45,5	2,8	14,9	2,1	0,5	373,1
	Salada/Legumes	brócolos, couve-flor e cenoura salteados	creme (leite);	3,3	3,6	3,1	0,4	0,0	0,1	31,1
	Sobremesa	fruta da época / leite creme	pão (glúten)	1,2/ 7,4	15,2/ 24,4	15,0/ 23,1	0,4/ 8,5	0,0/ 2,9	0,0/ 0,1	69,8/ 201,9
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Quarta-Feira	Sopa									
	Normal									
	Vegetariana									
	Salada/Legumes									
	Sobremesa									
	Pão									
Feriado										
Quinta-Feira	Sopa	creme de brócolos		4,7	16,5	3,7	1,6	0,2	0,3	94,6
	Normal	massa de ovo colorida (ovo cozido ralado, ervilha, cenoura, milho e massa cotovelos)	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; ovo;	21,1	23,4	3,4	22,2	5,2	1,5	379,6
	Vegetariana	massa de legumes colorida (ervilha, cenoura, milho e massa cotovelos)	massa (glutén);	13,0	50,3	3,3	9,9	1,4	0,4	347,9
	Salada/Legumes	<i>incorporados</i> : ervilha, cenoura e milho	pão (glúten)	3,1	9,6	1,9	0,5	0,0	0,2	55,5
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Sexta-Feira	Sopa	de nabo e feijão-vermelho		5,4	20,4	5,5	1,8	0,2	0,3	113,9
	Normal	perna de frango estufada com arroz branco	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)];	40,5	30,3	1,5	12,0	2,1	0,8	394,2
	Vegetariana	feijão branco estufado com couve lombarda e arroz branco	pão (glúten)	13,0	50,3	3,3	9,9	1,4	0,4	347,9
	Salada/Legumes	tomate, beterraba e pepino		1,9	6,0	5,9	0,3	0,1	0,2	33,4
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4

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, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. **Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.** Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. Declaração nutricional: 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. Legenda: VE-Valor energético, Lip-Lípidos, AG Sat-Ácidos Gordos Saturados, HC-Hidratos de Carbono, Prot-Proteínas.

Ementa sujeita a alterações por motivos imprevisíveis.



			Alergénios (*)	Prot.	HC	Açúc.	Lip	AG Sat	Sal	Kcal
Segunda-Feira	Sopa	de feijão-verde	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; douradinhos de pescada (peixe, moluscos, glúten, crustáceos); pão (glúten)	4,4	16,9	3,9	1,5	0,2	0,3	93,5
	Normal	douradinhos de pescada no forno com arroz de ervilhas		24,9	64,7	1,2	20,3	1,1	0,2	545,4
	Vegetariana	crepe de legumes no forno com arroz de ervilha e tomate		15,9	57,4	4,8	7,9	1,2	0,3	369,8
	Salada/Legumes	alface, beterraba e tomate		2,1	4,5	4,5	0,2	0,0	0,2	27,8
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Terça-Feira	Sopa	de feijão-branco e couve-coração	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; chouriço (leite, soja); pão (glúten)	5,4	19,0	3,6	1,6	0,2	0,3	107,5
	Normal	jardineira de frango (batata, chouriço, feijão-verde, ervilhas, cenoura)		36,5	29,4	5,9	14,2	3,0	1,2	393,2
	Vegetariana	jardineira vegetariana (batata, favas, feijão-verde, ervilhas, cenoura)		10,3	32,3	6,1	7,7	1,2	0,3	241,9
	Salada/Legumes	<i>incorporados</i> : ervilha, cenoura e feijão verde		3,2	5,9	3,1	0,3	0,1	0,1	39,0
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Quarta-Feira	Sopa	creme de nabo e curgete	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; massa (glúten); atum; pão (glúten)	4,9	19,0	6,1	1,8	0,2	0,3	106,9
	Normal	bolonhesa de atum com massa esparguete		23,3	36,8	2,1	24,8	1,2	0,4	466,9
	Vegetariana	bolonhesa de lentilhas com massa esparguete		15,8	50,0	2,6	8,2	1,2	0,2	342,5
	Salada/Legumes	cenoura, couve-roxa e alface		2,2	3,8	3,4	0,1	0,0	0,1	24,3
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Quinta-Feira	Sopa	de couve-flor e grão-de-bico	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; pão (glúten)	5,6	19,3	4,1	1,7	0,2	0,3	110,6
	Normal	pá de porco fatiada com molho de laranja e arroz branco		33,0	41,4	0,5	43,9	12,2	0,6	697,7
	Vegetariana	grão de bico no forno com molho de laranja, arroz branco		11,7	61,4	2,3	16,4	2,3	0,4	447,0
	Salada/Legumes	pepino, milho e alface		2,2	6,2	0,9	0,6	0,1	0,2	38,9
	Sobremesa	fruta da época		1,2	15,2	15,0	0,4	0,0	0,0	69,8
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4
Sexta-Feira	Sopa	creme de curgete, cenoura e alho-francês	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; massa (glúten); cogumelos (sulfitos); pão (glúten)	4,7	17,0	4,2	1,6	0,2	0,3	96,0
	Normal	massa vegetariana (feijão-vermelho, cogumelos, cenoura, couve-coração, couve-lombarda e massa macarronete)		14,5	37,4	4,9	8,5	1,3	0,3	286,9
	Vegetariana	massa vegetariana (feijão-vermelho, cogumelos, cenoura, couve-coração, couve-lombarda e massa macarronete)		14,5	37,4	4,9	8,5	1,3	0,3	286,9
	Salada/Legumes	<i>incorporados</i> : cenoura, couve-coração e couve-lombarda		2,1	3,6	2,4	0,3	0,0	0,1	24,4
	Sobremesa	pudim		4,7	27,5	20,9	4,5	3,5	0,6	168,1
	Pão	pão de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,1	121,4

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, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. **Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.** Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. Declaração nutricional: 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. Legenda: VE-Valor energético, Lip-Lípidos, AG Sat-Ácidos Gordos Saturados, HC-Hidratos de Carbono, Prot-Proteínas.

Ementa sujeita a alterações por motivos imprevisíveis.

