



Instituição Particular de Solidariedade Social
CENTRO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DE BALUGÃES

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 06/11 a 10/11/2023

Segunda-feira Sopa: Creme de Cenoura Prato: Bifinhos de frango grelhados com arroz seco e salada de alface Sobremesa: Fruta da época	Terça-feira Sopa: Alho francês Prato: Pescada cozida com batata e grão-de-bico e ovo Sobremesa: Fruta da época
Quarta-feira Sopa: Brócolos Prato: Almôndegas estufadas com massa esparguete e cenoura rapada Sobremesa: Fruta da época	Quinta-feira Sopa: Creme de legumes Prato: Salmão grelhado com arroz de legumes (ervilha e cenoura) Sobremesa: Iogurte
Sexta-feira <i>São Martinho</i> Sopa: Feijão branco Prato: Rojões com arroz seco e salada de tomate Sobremesa: Castanhas 	Elaborado por: Amélia Ferreira Aos 30/10/2023

Nota: 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.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável

Amélia Ferreira



Instituição Particular de Solidariedade Social
CENTRO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DE BALUGÃES

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 13/11 A 17/11/2023

<u>Segunda-feira</u> Sopa: Espinafres Prato: Bifinhos de peru com arroz de feijão vermelho Sobremesa: Fruta da época	<u>Terça-feira</u> Sopa: Inteira Prato: Salada Russa (batata, ervilha, cenoura, ovo e atum) Sobremesa: Fruta da época
<u>Quarta-feira</u> Sopa: Abóbora Prato: Febras de porco grelhadas com massa espirais e salada de alface Sobremesa: Fruta da época	<u>Quinta-feira</u> Sopa: Coração Prato: Pescada estufada com batata cozida e cenoura Sobremesa: Iogurte
<u>Sexta-feira</u> Sopa: Couve flor Prato: Frango estufado com arroz seco e salada de tomate e pepino Sobremesa: Fruta da época	Elaborado por: Amélia Ferreira Aos 30/10/2023

Nota: 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.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

~

A Responsável

Amélia Ferreira



Instituição Particular de Solidariedade Social
CENTRO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DE BALUGÃES

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 20/11 A 24/11/2023

<u>Segunda-feira</u> Sopa: Brócolos Prato: Costeletas de porco estufadas com massa cotovelo e cenoura rapada Sobremesa: Fruta da época	<u>Terça-feira</u> Sopa: Creme de cenoura Prato: Filetes de pescada fritos com arroz de feijão. Sobremesa: Fruta da época
<u>Quarta-feira</u> Sopa: Alho francês Prato: Coxinhas de frango assado com arroz seco e salada de alface Sobremesa: Fruta da época	<u>Quinta-feira</u> Sopa: Penca Prato: Abrótea cozida com batata cozida e legumes (cenoura e brócolos) Sobremesa: Fruta da época
<u>Sexta-feira</u> Sopa: Courgette Prato: Bifinhos de peru com massa espiral e macedónia Sobremesa: Fruta da época	Elaborado por: Amélia Ferreira Aos 30/10/2023

Nota: 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.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável

Amélia Ferreira



Instituição Particular de Solidariedade Social
CENTRO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DE BALUGÃES

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 27/11 A 01/12/2023

<u>Segunda-feira</u> Sopa: Couve Flor Prato: Jardineira (carne de vaca, batata, cenoura e ervilha) Sobremesa: Fruta da Época	<u>Terça-feira</u> Sopa: Brócolos Prato: Bacalhau com batata cozida e couve lombarda Sobremesa: Gelatina
<u>Quarta-feira</u> Sopa: Abóbora Prato: Bifinhos de frango grelhados com arroz seco e salada de tomate e pepino Sobremesa: Fruta da Época	<u>Quinta-feira</u> Sopa: Couve Lombarda Prato: Feijão-Frade com atum e ovo Prato: Sobremesa: Fruta da Época
<u>Sexta-feira</u> FERIADO	Elaborado por: Amélia Ferreira Aos 30/10/2023

Nota: 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.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável

Amélia Ferreira