



Instituição Particular de Solidariedade Social
CENTRO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DE BALUGÃES

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 01/01/19 A 04/01/2019

<u>Segunda-feira</u> FÉRIAS	<u>Terça-feira</u> FÉRIAS
<u>Quarta-feira</u> FÉRIAS	<u>Quinta-feira</u> Sopa: Creme de Cenoura Prato: Salada Russa (batata, cenoura, ervilha, atum e ovo) Sobremesa: Iogurte
<u>Sexta-feira</u> Sopa: Brócolos Prato: Frango assado no forno com massa espiral e legumes (macedónia) Sobremesa: Fruta da Época	<u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira Aos 20/12/2018

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 rijas, 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 07/01 e 11/01/2019

Segunda-feira Sopa: Couve-flor 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 cozida e grelos Sobremesa: Fruta da Época
Quarta-feira Sopa: Creme de legumes Prato: Costeletas de porco estufadas com massa espiral e ervilhas Sobremesa: Fruta da Época	Quinta-feira Sopa: Espinafres Prato: Bacalhau no forno com arroz seco e salada de tomate Sobremesa: Gelatina
Sexta-feira Sopa: Inteira (Cenoura, abóbora, feijão, courgette e coração) Prato: Carne de vaca assada com massa esparguete e legumes (ervilha e cenoura) Sobremesa: Fruta da Época	<u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira Aos 20/12/2018

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 rijas, 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 14/01 e 18/01/2019

Segunda-feira Sopa: Abóbora Prato: Febras de porco grelhadas com arroz seco e salada de tomate <i>e pimento</i> Sobremesa: Fruta da Época	Terça-feira Sopa: Creme de cenoura Prato: Abrótea cozida com batata cozida e grão-de-bico Sobremesa: Fruta da Época
Quarta-feira Sopa: Espinafres Prato: Massa à bolonhesa com salada de cenoura. Sobremesa: Fruta da Época	Quinta-feira Sopa: Creme de legumes Prato: <i>Salada de feijão-frade (Atum e ovo) com arroz seco</i> Sobremesa: Fruta da Época
Sexta-feira Sopa: Inteira Prato: Perú assado no forno com batata assada e salada de alface Sobremesa: Fruta da Época	<u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira Aos 20/12/2018

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 21/01 e 25/01/2019

Segunda-feira Sopa: Creme de legumes Prato: Jardineira Sobremesa: Fruta da Época	Terça-feira Sopa: Alho francês Prato: Pescada estufada com arroz seco e legumes cozidos (couve-flor) Sobremesa: Iogurte
Quarta-feira Sopa: Couve-Flor Prato: Frango estufado com massa espiral e salada de alface Sobremesa: Fruta da Época	Quinta-feira Sopa: Brócolos Prato: Bacalhau com batata cozida e legumes (cenoura e coração) Sobremesa: Fruta da Época
Sexta-feira Sopa: Abóbora Prato: Coelho assado no forno com arroz seco e salada de tomate Sobremesa: Fruta da Época	<u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira Aos 20/12/2018

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 28/01 A 01/02/2019

<u>Segunda-feira</u> Sopa: Creme de legumes Prato: Bifinhos de peru grelhado com arroz seco e salada de tomate e pimento Sobremesa: Fruta da época	<u>Terça-feira</u> Sopa: Alho Francês Prato: Salmão assado com batata cozida e couve lombarda. Sobremesa: Iogurte
<u>Quarta-feira</u> Sopa: Brócolos Prato: Carne de vaca estufada com massa de cotovelos e ervilhas Sobremesa: Fruta da Época	<u>Quinta-feira</u> Sopa: Abóbora Prato: Filetes de pescada fritos com arroz de feijão Sobremesa: Fruta da época
<u>Sexta-feira</u> Sopa: Espinafres Prato: Costeletas de porco grelhadas com esparguete (cenoura) Sobremesa: Fruta da época	<u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira Aos 20/12/2018

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 rijas, 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