



Ementa ES Viterbo

Almoço R Normal Viterbo

13/05/2019 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Abóbora com massinhas
- Prato 1:** Hamburguer estufado com molho de cogumelos, massa espiral e legumes salteados
- Outros:** Milho, pepino e couve-roxa
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

14/05/2019 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Grão de bico com nabiças
- Prato 1:** Filetes pescada gratinados com batata corada/cozida
- Prato 2:** Filetes pescada gratinados com batata corada/cozida
- Outros:** Alface, tomate, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida

15/05/2019 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de cenoura com couve branca
- Prato 1:** Bife de frango panados no forno com arroz de cenoura
- Outros:** Milho, pepino, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

16/05/2019 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Feijão com espinafres
- Prato 1:** Badejo de tomatada com batata e couve - flor cozidas
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Aletria

17/05/2019 - Sexta

Kcal Total: 699

Alergénicos

- Sopa:** Legumes
- Prato 1:** Feijoada à Portuguesa
- Outros:** Cenoura, couve roxa, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos



Ementa ES Viterbo

Almoço R Vegetariana - Refeitório Viterbo

13/05/2019 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Abóbora com massinhas
- Prato 1:** Hamburguer de aveia e lentilhas com batata assada/cozida
- Outros:** Milho, pepino e couve-roxa
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

14/05/2019 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Grão de bico com nabiças
- Prato 1:** Estufado de ervilhas com legumes (alho francês, couve flor, courgete) e massa fusilli
- Prato 2:** Filetes pescada gratinados com batata corada/cozida
- Outros:** Alface, tomate, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida

15/05/2019 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de cenoura com couve branca
- Prato 1:** Salteado de grão e legumes com arroz de cenoura
- Outros:** Milho, pepino, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

16/05/2019 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Feijão com espinafres
- Prato 1:** Soja em molho de tomate com batata e couve flor
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

17/05/2019 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Legumes
- Prato 1:** Feijoada de cogumelos e arroz branco
- Outros:** Cenoura, couve roxa, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



Ementa ES Viterbo

Almoço R Normal Viterbo

20/05/2019 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Juliana
- Prato 1:** Tortilha de atum (batata, ovo, cebola, cogumelos, cenoura e milho)
- Outros:** Couve-Juliana, tomate , cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

21/05/2019 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Ministrone
- Prato 1:** Arroz de aves (frango e peru)
- Outros:** Alface, milho, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

22/05/2019 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Feijão vermelho com hortaliça
- Prato 1:** Salada de salmão com batata, ervilhas e cenoura
- Outros:** Alface, pimento, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

23/05/2019 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Macedónia de legumes
- Prato 1:** Carne de porco assada com esparguete e salada tricolor (cenoura, brocolos e milho)
- Outros:** Pepino, Couve Roxa e cenoura
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

24/05/2019 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de alho francês e couve-flor
- Prato 1:** Solha corada com laranja, batata cozida e macedónia de legumes
- Outros:** Alface, tomate, beterraba e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)



Ementa ES Viterbo

Almoço R Vegetariana - Refeitório Viterbo

20/05/2019 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Juliana
- Prato 1:** Tortilha de atum (batata, ovo, cebola, cogumelos, cenoura e milho)
- Outros:** Couve-Juliana, tomate , cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

21/05/2019 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Ministrone
- Prato 1:** Arroz de favas com cogumelos e cenoura
- Outros:** Alface, milho, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

22/05/2019 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Feijão vermelho com hortaliça
- Prato 1:** Almondegas de lentilhas com molho de tomate, Batata cozida
- Outros:** Alface, pimento, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

23/05/2019 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Macedónia de legumes
- Prato 1:** Massinha de feijão preto e legumes (cenoura, milho e pimento)
- Outros:** Pepino, Couve Roxa e cenoura
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

24/05/2019 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de alho francês e couve-flor
- Prato 1:** Estufado de soja com legumes e arroz de feijão
- Outros:** Alface, tomate, beterraba e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.