



Ementa ES Viterbo

Almoço R Normal Viterbo

09/03/2020 - Segunda

Alergênicos

- Sopa:** Primavera
- Prato 1:** Almôndegas estufadas com esparguete e ervilhas
- Outros:** Alface, cenoura, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

10/03/2020 - Terça

Alergênicos

- Sopa:** Legumes com ervilhas
- Prato 1:** Pescada no forno com batata corada
- Outros:** Tomate, couve roxa, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / iogurte

11/03/2020 - Quarta

Alergênicos

- Sopa:** Creme de abóbora com feijão verde
- Prato 1:** Arroz de frango no forno à moda antiga
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

12/03/2020 - Quinta

Alergênicos

- Sopa:** Grão
- Prato 1:** Jardineira de carnes (porco e vaca)
- Outros:** Alface, cenoura, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

13/03/2020 - Sexta

Alergênicos

- Sopa:** Saloia
- Prato 1:** Barritas de pescada no forno com arroz de legumes
- Outros:** Alface, tomate, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida

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 Vegetariana - Refeitório Viterbo

09/03/2020 - Segunda

Alergênicos

- Sopa:** Primavera
- Prato 1:** Almondegas de ervilhas com esparguete
- Outros:** Alface, cenoura, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

10/03/2020 - Terça

Alergênicos

- Sopa:** Legumes com ervilhas
- Prato 1:** Salteado de lentilhas e legumes com broa, batata assada
- Outros:** Tomate, couve roxa, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

11/03/2020 - Quarta

Alergênicos

- Sopa:** Creme de abóbora com feijão verde
- Prato 1:** Arroz de feijão com legumes mediterrânicos assados
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

12/03/2020 - Quinta

Alergênicos

- Sopa:** Grão
- Prato 1:** Jardineira de Soja
- Outros:** Alface, cenoura, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

13/03/2020 - Sexta

Alergênicos

- Sopa:** Saloia
- Prato 1:** Salteado de grão e legumes com arroz de cenoura
- Outros:** Alface, tomate, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida



Ementa ES Viterbo

Almoço R Normal Viterbo

16/03/2020 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Espinafres
- Prato 1:** Empadão de cavala com arroz, ervilhas e cenoura
- Outros:** Alface, milho, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

17/03/2020 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Creme de legumes
- Prato 1:** Frango assado com esparguete
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

18/03/2020 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Feijão branco com couve lombarda
- Prato 1:** Solha gratinada com batata salteada
- Outros:** Couve em juliana, pepino, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

19/03/2020 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Macedónia de legumes
- Prato 1:** Esparguete c/Vitela ervilhas e cenoura
- Outros:** Alface, milho, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) Arroz doce

20/03/2020 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Caldo verde (s/chouriço)
- Prato 1:** Meia Desfeita de Bacalhau
- Outros:** Couve-Juliana, milho, 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 Vegetariana - Refeitório Viterbo

16/03/2020 - Segunda

Alergênicos

- Sopa:** Espinafres
- Prato 1:** Estufado de ervilhas com legumes (alho francês, couve flor e curgete) batata corada
- Outros:** Alface, milho, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

17/03/2020 - Terça

Alergênicos

- Sopa:** Creme de legumes
- Prato 1:** Massinha de feijão preto e legumes (cenoura, milho e pimento)
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

18/03/2020 - Quarta

Alergênicos

- Sopa:** Feijão branco com couve lombarda
- Prato 1:** Salada de batata com lentilhas e legumes (cenoura e couve)
- Outros:** Couve em juliana, pepino, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

19/03/2020 - Quinta

Alergênicos

- Sopa:** Macedónia de legumes
- Prato 1:** Guisado de massa com soja, cogumelos, curgete e tomate
- Outros:** Alface, milho, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

20/03/2020 - Sexta

Alergênicos

- Sopa:** Caldo verde (s/chouriço)
- Prato 1:** Curgetes recheadas com grão e legumes, batata corada
- Outros:** Couve-Juliana, milho, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)