



Instituição Particular de Solidariedade Social
CENTRO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DE BALUGÃES

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 04/01 e 08/01/2021

<p>Segunda-feira</p> <p>Sopa: Couve-flor</p> <p>Prato: Bifinhos de frango grelhados com arroz seco e cenoura rapada.</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Terça-feira</p> <p>Sopa: Alho francês</p> <p>Prato: Abrótea cozida com batata cozida e grelos</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>
<p>Quarta-feira</p> <p>Sopa: Creme de legumes</p> <p>Prato: Costeletas de porco estufadas com massa espiral e ervilhas</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Quinta-feira</p> <p>Sopa: Espinafres</p> <p>Prato: Bacalhau no forno com arroz seco e salada de tomate</p> <p>Sobremesa: Gelatina</p>
<p>Sexta-feira</p> <p>Sopa: Inteira</p> <p>Prato: Carne de vaca assada com massa esparguete e legumes (ervilha e cenoura)</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Elaborado por: Amélia Ferreira</p> <p>Aos 21/12/2020</p>

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 11/01 e 15/01/2021

<p>Segunda-feira</p> <p>Sopa: Abóbora</p> <p>Prato: Febras de porco grelhadas com arroz seco e salada de tomate e pimento</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Terça-feira</p> <p>Sopa: Creme de cenoura</p> <p>Prato: Pescada cozida com batata cozida e grão-de-bico</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>
<p>Quarta-feira</p> <p>Sopa: Espinafres</p> <p>Prato: Massa à bolonhesa com salada de cenoura.</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Quinta-feira</p> <p>Sopa: Creme de legumes</p> <p>Prato: Salada de feijão-frade (Atum e ovo) com arroz seco</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>
<p>Sexta-feira</p> <p>Sopa: Inteira</p> <p>Prato: Perú assado no forno com batata assada e salada de alface</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Elaborado por: Amélia Ferreira</p> <p>Aos 21/12/2020</p>

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 18/01 e 22/01/2021

<p>Segunda-feira</p> <p>Sopa: Creme de legumes</p> <p>Prato: Jardineira</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Terça-feira</p> <p>Sopa: Alho francês</p> <p>Prato: Pescada estufada com arroz seco e legumes cozidos (couve-flor)</p> <p>Sobremesa: Iogurte</p>
<p>Quarta-feira</p> <p>Sopa: Couve-Flor</p> <p>Prato: Frango estufado com massa espiral e salada de alface</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Quinta-feira</p> <p>Sopa: Brócolos</p> <p>Prato: Salada Russa (batata, cenoura, ervilha, atum e ovo)</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>
<p>Sexta-feira</p> <p>Sopa: Abóbora</p> <p>Prato: Coelho assado no forno com arroz seco e salada de tomate</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p>Elaborado por: Amélia Ferreira</p> <p>Aos 21/12/2020</p>

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 25/01 A 29/01/2021

<p><u>Segunda-feira</u></p> <p>Sopa: Creme de legumes</p> <p>Prato: Bifinhos de peru grelhado com arroz seco e salada de tomate e pimento</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p><u>Terça-feira</u></p> <p>Sopa: Alho Francês</p> <p>Prato: Salmão assado com batata cozida e couve lombarda.</p> <p>Sobremesa: Iogurte</p>
<p><u>Quarta-feira</u></p> <p>Sopa: Brócolos</p> <p>Prato: Carne de vaca estufada com massa de cotovelos e ervilhas</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p>	<p><u>Quinta-feira</u></p> <p>Sopa: Abóbora</p> <p>Prato: Filetes de pescada fritos com arroz de feijão</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>
<p><u>Sexta-feira</u></p> <p>Sopa: Espinafres</p> <p>Prato: Frango assado no forno com massa espiral e legumes (macedónia)</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p><u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira</p> <p>Aos 21/12/2020</p>

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