



CENTRO IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA
Rua Teófilo Braga, nº 2
7090 – 286 Viana do Alentejo
Tel. 266 953136 Fax: 266939288 E-mail: cicmvn@sapo.pt



Ementa de 14 a 18 de setembro

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Meio-da-manhã	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Almoço	SOPA: Creme de brócolos e feijão branco PRATO: Paloco espiritual com salada de alface e tomate ^{3,4,7} SOBREMESA: Fruta da época	SOPA: Canja de galinha ^{1,3} PRATO: Rojões de porco estufado com arroz branco e feijão verde SOBREMESA: Fruta da época	SOPA: Creme de alho-francês PRATO: Massada de atum com milho e brócolos ^{1,3,4} SOBREMESA: Fruta da época	SOPA: Sopa de ervilhas e curgete PRATO: Ensopado de frango (batata e cenoura) SOBREMESA: Fruta da época / Gela^na ^{1,3,7}	SOPA: Juliana de legumes PRATO: Filetes de pescada ao limão com arroz de grão com espinafres ⁴ SOBREMESA: Fruta da época
Lanche	logurte líquido ⁷ + Pão Panda com queijo ^{1,7}	200ml de leite meio-gordo ⁷ + Cereais sem açúcares adicionados ^{1,8}	Sumo 100% fruta + Pão de centeio com creme vegetal ¹	logurte sólido ⁷ + Panquecas de aveia e maçã ^{1,3,7}	200ml de leite meio-gordo ⁷ + Pão de Panda com queijo creme ^{1,7}

NOTA: A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.

Ementa elaborada por: Nutricionista Joana Teresa Mendes CP4664N

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoim, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rijas, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sesamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13 Tremoço, 14Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.