

EMENTA JOAO DE DEUS
De 11 a 13 de Junho de 2024

			VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Segunda-Feira	Sopa									
	D.Mediterrânica									
	D. Vegetariana	FERIADO								
	Salada									
	Sobremesa									
	Pão									
Terça-Feira	Sopa	Ervilha	356,4	85,2	1,3	0,2	15,7	5,1	2,6	0,3
	D.Mediterrânica	Massa de peixe	1653,0	396,0	12,0	1,8	37,4	3,0	33,0	0,9
	D. Vegetariana	Massa Primavera	1968,0	470,0	9,3	1,7	72,9	9,3	22,1	0,1
	Salada	Alface, cenoura e pimento	146,6	35,0	0,4	0,0	5,5	5,4	2,6	0,1
	Sobremesa	Fruta da época	313,6	74,9	0,5	0,2	16,5	16,3	1,1	0,0
		Pão	Pão de mistura ¹							
Quarta-Feira	Sopa	Creme de legumes	250,8	119,6	1,6	0,1	23,2	3,6	24,5	0,3
	D.Mediterrânica	Salada russa	2148,0	513,0	20,5	2,1	44,8	5,7	36,3	1,1
	D. Vegetariana	Ovo cozido c/ batata	1429,0	314,0	3,2	0,4	60,4	8,6	16,4	0,1
	Salada	Alface, tomate e pepino	146,6	35,0	0,4	0,0	5,5	5,4	2,6	0,1
	Sobremesa	Fruta da época	313,6	74,9	0,5	0,2	16,5	16,3	1,1	0,0
		Pão	Pão de mistura ¹							
Quinta-Feira	Sopa	Paisana	250,8	119,3	1,6	0,1	23,2	3,6	24,5	0,3
	D.Mediterrânica	Arroz de frango	1738,9	415,6	9,9	1,7	39,8	0,6	40,6	0,5
	D. Vegetariana	Arroz c/ salsichas de soja	2654,0	635,0	34,0	5,7	66,5	1,9	12,7	1,8
	Salada	Alface, pimento e pepino	146,6	35,0	0,4	0,0	5,5	5,4	2,6	0,1
	Sobremesa	Fruta da época	313,6	74,9	0,5	0,2	16,5	16,3	1,1	0,0
		Pão	Pão de mistura ¹							
Sexta-Feira	Sopa									
	D.Mediterrânica									
	D. Vegetariana									
	Salada									
	Sobremesa									
	Pão									

A Ementa pode sofrer alteração por motivos imprevistos.

- O fornecimento das refeições, só mediante reserva de 48 horas antes, (Lei nº11/2017 sde 17 de abril de 2017, artigo 3.º- Refeições vegetarianas)

Temos disponível informação sobre alergias e intolerâncias alimentares junto da cantina, basta solicitar aos colaboradores

Regulamento (EU) nº1169/2011 de 25 de outubro

