

# CHUSJ-PÓLO PORTO

## REFEITÓRIO

**SUCH**NUTRIÇÃO  
ALIMENTAÇÃO HOSPITALAR • ALIMENTAÇÃO PÚBLICA

**SEMANA 3: 4 a 10 de maio de 2020**



Alergénios	ALMOÇO		JANTAR	Alergénios
<b>Segunda</b>				
8,12	Bifes de frango recheados c/legumes,arroz	CARNE	Massa gratinada com carne de vaca	1,3,6,7,9,10,12
1,3,4,6,7,9,10	Empadão de bacalhau com espinafres	PEIXE	Petinga frita com arroz de feijão	1,3,4,6,7,12
4,12	Pescada grelhada com arroz	DIETA	Bife de peru grelhado com arroz	12
		OPÇÃO		
1,3,6,11,12	Esparguete à Bolonhesa de soja	VEGET.	Tortilha de queijo com ervas aromáticas	1,3,6,7,12
<b>Terça</b>				
1,6,12	Rôti de peru com batatinha assada e arroz	CARNE	Grelhada mista com arroz e batata pala	6,12
1,3,6,7,11,12,14	Manto de choco panado com arroz do mesmo	PEIXE	Pescada no forno c/cebola e pimentos, c/arroz	4,12
1,3,12	Costeleta grelhada c/arroz	DIETA	Raia cozida com salada russa	4,12
		OPÇÃO		
1,3,6,7,12	Crepes de legumes com arroz	VEGET.	Legumes à Gomes de Sá	3,12,13
<b>Quarta</b>				
3,6,7,12	Arroz de pato	CARNE	Fêveras c/molho de tomate e arroz	1,6,12
1,4,6,7,11,12	Bacalhau assado com broa e batata assada	PEIXE	Filetes de pescada com arroz	1,3,4,6,7,11,12
4,12	Peixe espada grelhado com batata cozida	DIETA	Peru assado ao natural com puré	1,3,6,7,9,10
		OPÇÃO		
3,12,13	Alho francês à Brás	VEGET.	Massa gratinada c/legumes	1,3,6,7,12
<b>Quinta</b>				
1,3,6,7,12	Almôndegas mistas com ervilha e cenoura e esparguete	CARNE	Rojões à Moda do Minho (arroz)	6,12,13
4,12	Robalo grelhado com batata cozida	PEIXE	Red-fish assado c/ cebola às rodelas e puré	1,3,6,7,9,10
12	Frango assado ao natural com arroz	DIETA	Badejo grelhado c/ arroz	4,12
		OPÇÃO		
1,3,6,7,8,12	Folhados de espinafres com arroz	VEGET.	Hambúrguer de beterraba e curgete com arroz	1,3,6,12
<b>Sexta</b>				
1,3,6,7,11,12	Fêveras à Parmegiana com arroz	CARNE	Costeleta à Salsicheiro com batata cozida	6,7,10,12
1,3,4,6,12	Lasanha de peixe	PEIXE	Pataniscas de bacalhau com arroz de nabiças	1,3,4,6,12
4,12	Perca grelhada com arroz	DIETA	Novilho estufado simples com arroz	12
		OPÇÃO		
1,3,6,7,12	Piza vegetariana	VEGET.	Feijoada à Provençal c/arroz	6,12
<b>Sábado</b>				
1,6,12	Coelho estufado com ervilhas e arroz	CARNE	Panados de peru com arroz	1,3,6,7,11,12
1,3,4,6,11,12	Medalhões de peixe em crosta (broa e azeitonas) c/arroz	PEIXE	Solha à Rosa do Adro com arroz	1,4,6,7,11,12
12	Cozido Simples	DIETA	Pescada assada ao natural c/batata assada	4,12
		OPÇÃO		
1,3,6,7,8,12	Tarte vegetariana c/ forma de arroz	VEGET.	Crepes de legumes e cogumelos c/arroz	1,3,6,7,12
<b>Domingo</b>				
6,12	Feijoada à Portuguesa com arroz	CARNE	Pica pau de porco com batata pala e arroz	12,13
1,3,4,6,7,9,10	Empadão de atum	PEIXE	Pescada a Zé do Pipo com arroz	1,3,4,12,13
4,12	Dourada grelhada com arroz	DIETA	Frango grelhado com espirais	1,3,12
		OPÇÃO		
7,12	Empadas de legumes com arroz	VEGET.	Paelha vegetariana com tofu	6,12,13

Lista de alérgenos de acordo com Reg.1169/2011: 1- Glúten; 2- Crustáceos; 3- Ovos; 4- Peixe; 5- Amendoim; 6- Soja; 7- Leite; 8- Frutos de casca rijia; 9- Aipo; 10- Mostarda; 11- Sésamo; 12- Dióxido de enxofre; 13- Tremço; 14- Moluscos

**OBS: Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos**

SUCH - Serviço de Utilização Comum dos Hospitais

**BOM APETITE**