

CHUSJ-PÓLO PORTO

REFEITÓRIO

SUCHNUTRIÇÃO
ALIMENTAÇÃO HOSPITALAR • ALIMENTAÇÃO PÚBLICA

SEMANA 1: 7 a 13 de Setembro de 2020



Alergénios	ALMOÇO		JANTAR	Alergénios
		Segunda		
1,3,6,7,8,10,11,12	Costeleta à salsicheiro com puré de batata	CARNE	Francesinha com batata pala	1,3,6,7,8,10,11,12
3,4,12,13	Peixe à Gomes de Sá	PEIXE	Lasanha de Bacalhau	1,3,4,6,7,12
1,3,6,7,9,10,12	Frango estufado simples com puré	DIETA	Carapau grelhado com batata cozida	4,12
3,6,7,12	Pimentos recheados com legumes, com arroz	OPÇÃO VEGET.	Pizza de legumes	1,3,6,7,8,12
	ALMOÇO		JANTAR	
		Terça		
6,7,12	Rojões à Portuguesa (arroz)	CARNE	Folhados de frango com arroz	1,3,6,7,11,12
1,3,4,7,12	Tagliatelle com atum e pimentos	PEIXE	Perca assada no forno com batatinha assada	4,12
4,12	Salmão grelhado com batata cozida	DIETA	Carne vaca estufª simp. c/ervilhas e esparguete	1,3,12
1,6,11,12	Jardineira de soja com forma de arroz	OPÇÃO VEGET.	Chili vegetariano com arroz	1,6,7,8,12
	ALMOÇO		JANTAR	
		Quarta		
3,6,7,12	Arroz de pato	CARNE	Lombo de porco assado com batatinha assada	12
1,4,6,7,12	Robalo grelhado com batata a murro	PEIXE	Salmão à Rosa do Adro com arroz	4,12
7,12	Cozido Simples (arroz e batata cozida)	DIETA	Badejo assado ao natural com arroz	1,4,6,7,11,12
1,3,6,7,12	Crepes de legumes com arroz	OPÇÃO VEGET.	Massa de legumes gratinada	1,3,6,7,12
	ALMOÇO		JANTAR	
		Quinta		
3,6,7,12	Shoarma com arroz e batata pala	CARNE	Novilho assado com batatinha assada e arroz	12
1,3,4,6,7,11,12	Rolinhos de pescada c/bacon e arroz	PEIXE	Salada de choco com grão de bico e ovo	3,12,14
4,7,12	Solha grelhada com salada russa	DIETA	Bife de peru estufado simples com arroz	1,3,12
1,3,6,7,12	Tortilha de queijo e legumes	OPÇÃO VEGET.	Almofadinhas de legumes com arroz	1,3,6,7,8,12
	ALMOÇO		JANTAR	
		Sexta		
1,3,6,7,9,10,12	Massa gratinada com frango e alheira	CARNE	Costeleteta de porco à Mirandesa com batata a murro	12
1,3,4,6,12	Bacalhau à Lagareiro com batata a murro	PEIXE	Peixe à Brás	3,4,7,12,13
12	Costeleta grelhada com arroz	DIETA	Red-fish assado ao nat. c/bat. assada ao natural	4,12
1,3,6,11,12	Bolonhesa de soja com esparguete	OPÇÃO VEGET.	Tofu à Parmegiana com arroz	1,3,6,7,11,12
	ALMOÇO		JANTAR	
		Sábado		
6,7,10,12	Churrasquinho de carnes c/arroz e feijão preto	CARNE	Macarronete de carne de vaca c/cenoura-rodela	1,3,6,12
4,12	Espetadas de peixe (salmão/tintureira) c//bat cozida	PEIXE	Corvina assada com broa e batatinha assada	1,4,6,7,8,11,12
4,12	Pescada cozida com batata cozida	DIETA	Escalopes de frango grelhados com arroz	1,3,7,12
1,3,6,7,8,12	Tarte de legumes c/ forma de arroz	OPÇÃO VEGET.	Omolete de cogumelos com arroz	3,7,12
	ALMOÇO		JANTAR	
		Domingo		
1,3,6,7,11,12	Rolo de carne recheado com espinafres, c/arroz	CARNE	Fêvera grelhada com m. de cogumelos e puré	1,3,6,7,9,10,12
4,7,12	Peixe espada grelh c/m.manteiga e salsa e bat. coz	PEIXE	Medalhões de pescada em crosta e arroz	1,3,4,6,7,11,12,13
12	Frango assado ao natural com arroz	DIETA	Truta grelhada com batata cozida	4,12
1,3,6,12	Hambúrguer de beterraba e curgete com arroz	OPÇÃO VEGET.	Caril de grão e couve lombarda com arroz	12

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 rijas; 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