

CHUSJ-PÓLO PORTO

REFEITÓRIO



SUCHNUTRIÇÃO
ALIMENTAÇÃO HOSPITALAR • ALIMENTAÇÃO PÚBLICA

SEMANA 3: 24 a 30 de Agosto de 2020

Alergénios	ALMOÇO		JANTAR	Alergénios
		Segunda		
1,6,10,12	Churrasquinho c/feijão preto, couve mineira e 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	Sardinha assada c/pimentos e batata cozida	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
	ALMOÇO		JANTAR	
		Terça		
1,6,10,12	Roti de peru com batata assada e arroz	CARNE	Grelhada mista com arroz e batata pala	6,12
12,14	Manto de choco grelh. c/molho verde e batata cozida	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
	ALMOÇO		JANTAR	
		Quarta		
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	Rolinhos de pescada c/bacon e 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
	ALMOÇO		JANTAR	
		Quinta		
1,6,12	Carne de vaca estufª (à fatia) c/arroz	CARNE	Rojões à Moda do Minho (arroz)	6,12,13
4,12	Robalo grelhado c/ 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 c/ arroz	VEGET.	Hambúrguer de beterraba e curgete com arroz	1,3,6,12
	ALMOÇO		JANTAR	
		Sexta		
1,3,6,7,11,12	Fêveras à Parmegiana com arroz e batata pala pala	CARNE	Costeleta à Salsicheiro com batata cozida	6,7,10,12
2,3,6	Omelete de marisco com arroz	PEIXE	Sal. de bacalhau com grão de bico e ovo	3,4
4,12	Perca grelhada com arroz	DIETA	Novilho estufado simples com arroz	12
1,3,6,7,12		OPÇÃO		
1,6,7,8,11,12	Piza vegetariana	VEGET.	Feijoada à Provençal c/arroz	6,12
	ALMOÇO		JANTAR	
		Sábado		
1,6,10,12	Rolinhos de frango rech. c/legumes, arroz e bat ass	CARNE	Panados de peru com arroz	1,3,6,7,11,12
1,3,5,6,7,8,10,11,12,13	Manto de pota estufado com puré	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
	ALMOÇO		JANTAR	
		Domingo		
1,6,10,12	Vitela ass c/bat assada e arroz	CARNE	Pica pau de porco com batata pala e arroz	12,13
1,3,4,6,7,9,10	Salada russa com atum e ovo	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
7,12		OPÇÃO		
1,3,6,7,8,12	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