

CHUSJ-PÓLO PORTO

REFEITÓRIO



SUCHNUTRIÇÃO
ALIMENTAÇÃO HOSPITALAR • ALIMENTAÇÃO PÚBLICA

SEMANA 2 : 20 a 26 de Julho de 2020

Alergénios	ALMOÇO		JANTAR	Alergénios
Segunda				
1,6,7, 8, 12	Bifes de frango com molho de cogumelos, c/arroz e bat pala	CARNE	Croquetes de frango com arroz de cenoura	1,3,6,12
3, 4,12	Salada de feijão frade com atum	PEIXE	Almôndegas de pescada c/m. de tomate e puré	1,3,4,6,7,9,10,11,12
4,12	Badejo cozido com batata cozida	DIETA	Carne de vaca estufada simples com arroz	1,6,12
		OPÇÃO		
3,12,13	Legumes à Brás	VEGET.	Soja tropical com arroz	6,12
	ALMOÇO		JANTAR	
Terça				
2,6,7,10,12,14	Arroz à Valenciana	CARNE	Carne de porco à Alentejana (arroz)	1,6,12,13,14
1,3,4,6,12	Bacalhau à Lavrador c/arroz	PEIXE	Salada de grão de bico com manto de pota	12,14
1,3,12	Frango grelhado com esparguete	DIETA	Pescada grelhada c/bat cozida, cenoura e couve	4,12
		OPÇÃO		
3,7,12	Tomate recheado c/legumes e gratinado, c/arroz	VEGET.	Canelones de legumes e queijo fresco	1,3,6,7,12
	ALMOÇO		JANTAR	
Quarta				
	Acepipes com arroz alegre	CARNE	Alheira com arroz de legumes	1,6,7,12
3,4,12,13	Pescada à Gomes de Sá	PEIXE	Raia dourada com salada russa	1,3,4,6,12
4,9,12,14	Choco grelhado(c/ molho verde) e batata cozida	DIETA	Costeleta grelhada com arroz de legumes	12
		OPÇÃO		
6,12	Feijoada à Provençal com arroz	VEGET.	Bolinhas de grão com arroz de legumes	1,3,6,7,12
	ALMOÇO		JANTAR	
Quinta				
1,3,6,7,11,12	Panados de porco com esparguete	CARNE	Shoarma com batata pala e arroz	3,6,7,12
1,4,6,12	Paloco à Braga c/arroz e batata pala	PEIXE	Empadão de pescada	1,3,4,6,7,9,10,12
12	Bifes de frango grelhados com arroz	DIETA	Robalo grelhado com arroz	4,12
		OPÇÃO		
1,3,6,7,8,12	Quiche de espinafres e arroz	VEGET.	Lasanha de legumes	1,3,6,7,12
	ALMOÇO		JANTAR	
Sexta				
1,6,7,12	Carne de vaca à fatia c/cenoura às rodelas e arroz	CARNE	Frango com cogumelos e massa fusilli	1,3,12
1,4,6,7,11	Pimento gratinado com atum com arroz	PEIXE	Filetes de sardinha com arroz	1,3,4,6,7,11
1,4,6,7,12	Dourada grelhada com batata cozida	DIETA	Coelho estufado simples com puré	1,3,6,7,9,10,12
		OPÇÃO		
1,3,6,7,9,10	Empadão de legumes	VEGET.	Salteado de cuscuz com curgete e cenoura	1,3,12
	ALMOÇO		JANTAR	
Sábado				
1,3,6,7,12	Lasanha de carne	CARNE	Arroz de aves no forno	6,7,12
4,7,12	Peixe espada grelhado c/m. manteiga e bat cozida	PEIXE	Perca grelhada com arroz	4,12
12	Fêvera grelhada com arroz	DIETA	Pescada cozida com salada russa	4,12
		OPÇÃO		
1,6,7,12	Chili vegetariano com arroz	VEGET.	Caril de grão com legumes e arroz	12
	ALMOÇO		JANTAR	
Domingo				
12	Lombo assado com batata assada	CARNE	Folhados de carne com arroz	1,3,6,7,8,12
1,3,6,12	Filetes de pescada com arroz	PEIXE	Bacalhau em cama de legumes c/arroz	1,3,4,6,7,12
1,3,4,6,7,9,10	Badejo estufado com arroz	DIETA	Bife de frango grelhado com laços	1,3,12
		OPÇÃO		
1,3,6,12	Salada morna de laçarotes	VEGET.	Hambúrguer de feijão frade e cenoura com arroz	1,3,6,12

Lista de alergénios 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