

CHUSJ-PÓLO PORTO

REFEITÓRIO



SUCHNUTRIÇÃO
ALIMENTAÇÃO HOSPITALAR • ALIMENTAÇÃO PÚBLICA

SEMANA 2 : 14 a 20 de Setembro de 2020

Alergénios	ALMOÇO		JANTAR	Alergénios
Segunda				
1,6,7, 8, 12	Bifes de frango c/m. de cogumelos, c/arroz e bat pala	CARNE	Rôti de peru com batata assada e arroz	1,6,10,12
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 panado no forno c/ arroz	PEIXE	Tagliatelle com salmão	1,3,4
1,3,12	Escalopes de peru grelhados 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				
1,3,6,7,12	Frango assado c/ananas, bat assada e arroz	CARNE	Alheira com arroz de legumes	1,6,7,12
3,4,12,13	Pescada à Gomes de Sá	PEIXE	Empadão de pescada	1,3,4,6,12
4,9,12,14	Dourada grelhada com arroz	DIETA	Costeleta grelhada com arroz de legumes	12
		OPÇÃO		
6,12	Feijoada à Provençal com arroz	VEGET.	Omelete de brócolos com arroz	3,6
ALMOÇO JANTAR				
Quinta				
1,3,6,7,12	Hambúrguer misto c/m. cogumelos e arroz	CARNE	Sharma com batata pala e arroz	3,6,7,12
1,3,4,6,7,12	Paloco com natas	PEIXE	Salada de grão de bico c/ manto de pota e ovo	3,13
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
1,4,6,7,11,12	Pimento recheado c/ atum com arroz	PEIXE	Bacalhau em cama de legumes c/arroz	4,12
1,4,6,7,12	Perca grelhada com batata a murro	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	Corvina assada com batata assada e arroz	4,12
12	Costeleta 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
1,3,4	Choco grelhado (c/molho mant e salsa) e bat coz.	PEIXE	Sardinha assada com pimentos e batata cozida	1,3,4,6,7,12
1,3,4,6,7,9,10	Badejo estufado com arroz	DIETA	Fêvera grelhada 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 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