



**gertaleduca**  
alimentação inteligente

FACULDADE DE ENGENHARIA  
GRILL  
Semana de 8 a 12 de julho de 2019  
Almoço

Segunda

Carne	Pá de porco assada com batata assada e legumes salteados <sup>12</sup>
Pescado	Maruca cozida com todos <sup>3,4</sup>
Vegetariana	Ensopado de favas com alho-francês e saladinha de batata <sup>1,3,5,6,7,8,11</sup>

Terça

Carne	Tranches de vaca à Primavera (ervilha, cenoura) com esparguete <sup>1,3</sup>
Pescado	Potas à Bordalesa, com batata cozida e tostinhas de pão <sup>1,3,5,6,7,8,11,12,14</sup>
Vegetariana	Chop suey vegetariano (soja, cenoura e cogumelos) <sup>1,6</sup>

Quarta

Carne	Frango de churrasco com arroz de cenoura <sup>12</sup>
Pescado	Red fish à Rosa do Adro <sup>1,3,4,6,7,8,11,12,13</sup>
Vegetariana	Seitan assado com banana e arroz <sup>1,6</sup>

Quinta

Carne	Carne de porco à Alentejana (porco, ameijoas, batata) <sup>5,6,12,14</sup>
Pescado	Bacalhau fresco à Narcisa <sup>4</sup>
Vegetariana	Migas de broa com feijão frade e arroz branco <sup>1</sup>

Sexta

Carne	Francesinha especial com batata frita <sup>1,3,5,6,7,8,11,12,13</sup>
Pescado	Perca assada com arroz de ervilhas <sup>4</sup>
Vegetariana	Lentilhas no forno com batata assada <sup>1,6,8,11</sup>

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.