



Ementa ES Viterbo

Almoço R Normal Viterbo

04/01/2021 - Segunda

Alergênicos

- Sopa:** Creme de legumes
- Prato 1:** Arroz de Atum
- Outros:** Cenoura, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

05/01/2021 - Terça

Alergênicos

- Sopa:** Portuguesa
- Prato 1:** Hamburguer estufado com massa espiral e legumes
- Outros:** Pepino, tomate e couve- roxa, e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

06/01/2021 - Quarta

Alergênicos

- Sopa:** Creme de cenoura e massinhas
- Prato 1:** Tintureira em molho de tomate com Arroz
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

07/01/2021 - Quinta

Alergênicos

- Sopa:** Feijão Verde
- Prato 1:** Arroz de aves (frango e peru) no forno com cenoura
- Outros:** Cenoura, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

08/01/2021 - Sexta

Alergênicos

- Sopa:** Grão de bico com lombarda
- Prato 1:** Abrótea estufada em molho tomate e batata cozida
- Outros:** Alface, beterraba, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



Ementa ES Viterbo

Almoço R Vegetariana - Refeitório Viterbo

04/01/2021 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Creme de legumes
- Prato 1:** Arroz de favas com cogumelos e couve lombarda
- Outros:** Cenoura, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

05/01/2021 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Portuguesa
- Prato 1:** Hamburguer estufado com massa espiral e legumes
- Outros:** Pepino, tomate e couve- roxa, e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

06/01/2021 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de cenoura e massinhas
- Prato 1:** Salteado de feijão frade com legumes, batata cozida
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

07/01/2021 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Feijão Verde
- Prato 1:** Estufado de soja com legumes(cenoura, alho francês e couve coração), arroz
- Outros:** Cenoura, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

08/01/2021 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Grão de bico com lombarda
- Prato 1:** Abrótea estufada em molho tomate e batata cozida
- Outros:** Alface, beterraba, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



Ementa ES Viterbo

Almoço R Normal Viterbo

11/01/2021 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Couve branca c/ cenoura ripada
- Prato 1:** Esparguete à bolonhesa
- Outros:** Alface, cenoura, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

12/01/2021 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Feijão vermelho com hortaliça
- Prato 1:** Pescada no forno com batata e brócolos cozidos
- Outros:** Alface, milho, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Pudim

13/01/2021 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de abóbora c/ espinafres
- Prato 1:** Perna de frango assada com arroz branco
- Outros:** Alface, cenoura, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

14/01/2021 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Caldo verde (s/chouriço)
- Prato 1:** Massinha de peixe com coentros
- Outros:** Alface, beterraba, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida

15/01/2021 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Da horta
- Prato 1:** Fevras de porco estufadas com cogumelos e arroz branco
- Outros:** Cenoura, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



Ementa ES Viterbo

Almoço R Vegetariana - Refeitório Viterbo

11/01/2021 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Couve branca c/ cenoura ripada
- Prato 1:** Bolonhesa de lentilhas c/ esparguete
- Outros:** Alface, cenoura, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

12/01/2021 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Feijão vermelho com hortaliça
- Prato 1:** Tomates recheados com ervilhas e legumes, batata cozida /corada
- Outros:** Alface, milho, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

13/01/2021 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de abóbora c/ espinafres
- Prato 1:** Arroz de feijão com legumes mediterrânicos assados
- Outros:** Alface, cenoura, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

14/01/2021 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Caldo verde (s/chouriço)
- Prato 1:** Hamburguer de grão de bico e caril, com massa espiral e cenoura cozida
- Outros:** Alface, beterraba, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida

15/01/2021 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Da horta
- Prato 1:** Empadão de lentilhas e legumes
- Outros:** Cenoura, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.