



Ementa ES Viterbo

Almoço R Normal Viterbo

18/01/2021 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Juliana
- Prato 1:** Linguine (massa) de atum com vegetais
- Outros:** Alface, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

19/01/2021 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Espinafres
- Prato 1:** Pá de porco assada com arroz de cenoura
- Outros:** Alface, milho, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

20/01/2021 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** À Lavrador
- Prato 1:** Abrótea estufada com batata e couve flor
- Outros:** Alface, beterraba, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

21/01/2021 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de ervilhas com couve flor
- Prato 1:** Rancho(porco e frango aos cubos, grão de bico, macaronete)
- Outros:** Alface, cenoura, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

22/01/2021 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Feijão Verde
- Prato 1:** Barritas de pescada com arroz de ervilhas
- Outros:** Alface, pepino, tomate 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

18/01/2021 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Juliana
- Prato 1:** Pilaf de legumes com ervilhas, arroz branco
- Outros:** Alface, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

19/01/2021 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Espinafres
- Prato 1:** Arroz de favas com cogumelos e couve lombarda
- Outros:** Alface, milho, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

20/01/2021 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** À Lavrador
- Prato 1:** Assado de batatas com feijão manteiga e legumes
- Outros:** Alface, beterraba, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

21/01/2021 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de ervilhas com couve flor
- Prato 1:** Rancho de soja
- Outros:** Alface, cenoura, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

22/01/2021 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Feijão Verde
- Prato 1:** Lentilhas estufadas com alho francês, espinafres e couve flor, batata cozida
- Outros:** Alface, pepino, tomate 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 Normal Viterbo

25/01/2021 - Segunda

Alergênicos

- Sopa:** Abóbora com massinhas
- Prato 1:** Hamburguer de vaca no forno com molho de cogumelos e esparguete
- Outros:** Alface, milho, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

26/01/2021 - Terça

Alergênicos

- Sopa:** Grão de bico com nabiças
- Prato 1:** Filetes de pescada gratinados com arroz de legumes
- Outros:** Alface, tomate, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida

27/01/2021 - Quarta

Alergênicos

- Sopa:** Creme de cenoura com couve branca
- Prato 1:** Feijoada à portuguesa com arroz branco
- Outros:** Alface, pepino, couve em juliana e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

28/01/2021 - Quinta

Alergênicos

- Sopa:** Feijão com espinafres
- Prato 1:** Badejo de tomatada com batata e couve - flor cozidas
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Aletria

29/01/2021 - Sexta

Kcal Total: 121

Alergênicos

- Sopa:** Juliana de legumes
- Prato 1:** Arroz de galinha/galo à Portuguesa
- Outros:** Courgete, couve roxa, tomate 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

25/01/2021 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Abóbora com massinhas
- Prato 1:** Hamburguer de aveia e lentilhas com massa espiral e legumes salteados
- Outros:** Alface, milho, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

26/01/2021 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Grão de bico com nabiças
- Prato 1:** Estufado de ervilhas com legumes (alho francês, couve flor, courgete) e massa fusilli
- Outros:** Alface, tomate, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida

27/01/2021 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de cenoura com couve branca
- Prato 1:** Soja em molho de tomate com batata e couve flor
- Outros:** Alface, pepino, couve em juliana e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

28/01/2021 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Feijão com espinafres
- Prato 1:** Soja em molho de tomate com batata e couve flor
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

29/01/2021 - Sexta

Kcal Total: 121

Alergénicos

- Sopa:** Juliana de legumes
- Prato 1:** Arroz de galinha/galo à Portuguesa
- Outros:** Courgete, couve roxa, tomate 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.