

CAFÉ SNACK-BAR MACHADO

CAFÉ E RESTAURAÇÃO

EMENTA 1			
SOPA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO HORTÍCOLA	SOBREMESA
Abóbora	Pescada gratinada com arroz de ervilhas	Tomate	Fruta
Alho francês	Rancho	Repolho	Fruta
Cenoura	Abrótea estufada c/ molho de tomate e cebola e batata cozida	Brócolos cozidos	Fruta
Feijão branco c/ repolho	Frango assado e arroz de beterraba	Alface e tomate	Fruta
Feijão-verde	Massa de cotovelinhos de atum	Cenoura e milho	Gelatina

EMENTA 2			
SOPA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO HORTÍCOLA	SOBREMESA
Espinafres	Bifinhos de porco grelhados com arroz de feijão	Couve branca cozida	Fruta
Ervilhas	Abrótea assada com batatinha cozida	Alface e pepino	Fruta
Penca	Strognof de peru (c/ cogumelos) e esparguete/ massa meada	Cenoura	Fruta
Alface e cenoura	Pescada no forno com arroz de tomate	Repolho cozido	Fruta
Couve branca	Jardineira de frango	Couve roxa	Fruta

EMENTA 3			
SOPA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO HORTÍCOLA	SOBREMESA
Juliana	Massa cotovelos c/ douradinhos no forno	Alface e pepino	Fruta
Grão	Bifinhos de peru grelhados e arroz de tomate	Couve-flor cozida	Fruta
Feijão-verde	Filetes de pescada c/ salada russa	Espinafres	Fruta
Courgete	Feijoada de feijão branco com cenoura e arroz branco	Couve-coração cozida	Fruta
Repolho	Pescada ao vapor c/ molho de tomate e batata cozida	Brócolos cozidos	Fruta

EMENTA 4			
SOPA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO HORTÍCOLA	SOBREMESA
Abóbora c/ massinhas	Lombo de porco assado com alecrim e arroz branco	Tomate e couve roxa	Fruta
Couve galega	Salada de pescada com batata e ovo cozido	Cenoura e ervilha	Fruta
Brócolos	Bifinhos de frango grelhados c/ macarrão riscado	Alface e beterraba	Fruta
Espinafres	Arroz de tamboril	Feijão-verde cozido	Fruta
Lombarda c/ feijão catarino	Esparguete à bolonhesa	Alface	Fruta

EMENTA 5			
SOPA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO HORTÍCOLA	SOBREMESA
Cenoura	Massa esparguete c/ almondegas	Feijão-verde cozido	Fruta
Couve branca	Omolete no forno com fiambre e arroz branco	Ervilhas e cenoura	Fruta
Alho francês	Red-fish estufado com migas de feijão frade	Alface	Fruta
Couve-flor	Frango assado com fusilli	Cenoura e milho	Fruta
Grão c/ espinafres	Filetes de pescada dourados com arroz de tomate	Repolho cozido	Gelatina

Notas:

As ementas encontram-se sujeitas a alterações por motivos de disponibilidade e/ou sazonalidade.

2. A refeição pode conter os seguintes alergénios: Crustaceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rijia, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremoço e Moluscos.

3. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas.

4. **ATENÇÃO:** podem eistir contaminações cruzadas durante a preparação, confeção e distribuição das refeições. Por essa razão, se é alérgico ou intolerante a alguma destas substâncias, avise a nossa equipa.