



JUNTA DE FREGUESIA DE OLIVAIS
Ementa dos refeitórios Centro de Dia

2 de Dezembro a 6 de Dezembro

Segunda-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de Feijão Verde
Esparguete com carne de vaca e cenoura
Alergénios: contém ovo, glúten
Fruta da Época

Terça-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de Coração de Boi
Salada russa com atum, feijão frade e ovo
Alergénios: contém glúten, peixe, ovo
Pêra assada

Quarta-Feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de Nabiça
Rancho de frango
Alergénios: contém glúten
Fruta da época

Quinta-Feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa Juliana
Filetes de pescada com arroz de feijão
Alergénios: contém peixe
Bolo de agrião ou espinafre
Alergénios: contém lactose, ovo

Sexta-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de Feijão Branco e legumes
Jardineira de frango
Fruta da Época





JUNTA DE FREGUESIA DE OLIVAIS
Ementa dos refeitórios Centro de Dia

9 de Dezembro a 13 de Dezembro

Segunda-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de espinafres
Peito de frango com cebolada, arroz de cenoura e salada
Alergénios: contém glúten
Fruta da Época

Terça-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de feijão com hortaliça
Perca do Nilo cozida com batata, ovo e feijão verde
Alergénios: contém glúten, peixe e ovo
Maçã assada

Quarta-Feira

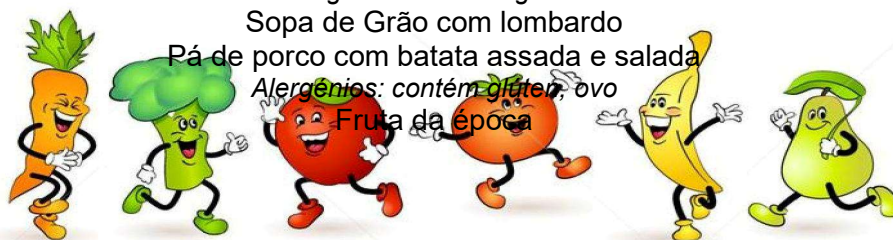
Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de couve portuguesa
Carne de vaca guisada com esparguete e ervilhas
Alergénios: contém glúten, lactose
Fruta da época

Quinta-Feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de abóbora com curgete ralada
Alergénios: contém glúten
Pataniscas de bacalhau com arroz de grelos
Alergénios: contém peixe
Leite creme
Alergénios: contém ovo

Sexta-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de Grão com lombardo
Pá de porco com batata assada e salada
Alergénios: contém glúten, ovo
Fruta da época





JUNTA DE FREGUESIA DE OLIVAIS
Ementa dos refeitórios Centro de Dia

16 de Dezembro a 20 de Dezembro

Segunda-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de feijão verde
Lulas estufadas com batata e ervilha
Alergénios: contém glúten, ovo
Fruta da Época

Terça-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa Juliana
Bacalhau à Gomes Sá com salada mista
Alergénios: contém glúten, peixe
Pera assada

Quarta-Feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de nabiça
Feijoada com carne de vaca e arroz branco
Alergénios: contém soja
Fruta da época

Quinta-Feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de agrião
Pastéis de bacalhau com arroz de tomate e salada de alface
Alergénios: contém peixe
Arroz doce

Sexta-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Canja
Alergénios: contém glúten
Frango assado com batata corada e salada
Alergénios: contém glúten
Fruta da época





JUNTA DE FREGUESIA DE OLIVAIS
Ementa dos refeitórios Centro de Dia
23 de Dezembro a 27 de Dezembro

Segunda-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa Coração de Boi com Feijão Manteiga
Carne de Vaca estufada com arroz de legumes
Alergénios: contém glúten
Fruta da Época

Terça-feira

Tolerância de Ponto

Quarta-Feira

FERIADO

Quinta-Feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de Couve Portuguesa
Arroz de Peixe malandrinho com salada de alface e tomate
Alergénios: contém glúten, peixe e ovo
Mousse de chocolate

Sexta-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de grão com coração de boi
Carne de porco à portuguesa
Alergénios: contém glúten
Fruta da época





JUNTA DE FREGUESIA DE OLIVAIS
Ementa dos refeitórios Centro de Dia

30 de Dezembro a 3 de Janeiro

Segunda-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de Nabiça
Jardineira de carne de vaca com batata, cenoura e ervilha
Alergénios: contém soja
Fruta da Época

Terça-feira

Tolerância de Ponto

Quarta-Feira

FERIADO

Quinta-Feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de legumes
"Redfish" no forno com batata e couve portuguesa salteada
Alergénios: contém peixe
Gelatina

Sexta-feira

Pão de Mistura
Alergénios: contém glúten
Sopa de feijão verde
Frango estufado com arroz de cenoura e salada de alface
Salada de Fruta

