

 INSTITUTO SÃO JOSÉ <small>Ensino Superior em Saúde</small>	Listagem de Alergêneos - Ementa	211_ISJ
--	--	---------

	Data	Almoço	Alergêneos	Jantar	Alergêneos
2ª Feira	26-dez	Sopa de feijão-verde Geral/Dieta: Redfish assado ao natural com arroz seco e couve branca cozida	           	Sopa de repolho e cenoura Geral/Dieta: Moelas estufadas com ervilhas e cenoura	           
		Maçã		Pão/Broa e Pera assada	     
3ª Feira	27-dez	Sopa de couve lombarda Geral/Dieta: Frango assado ao natural c/ batata, cenoura e brócolos	           	Creme de couve-flor Geral/Dieta: Pescada cozida c/ cebolada (alho francês, pimento)	           
		Laranja	     	Pão/Broa e Uvas	     
4ª Feira	28-dez	Sopa de couve penca Geral: Bolinhos de bacalhau fritos c/ arroz de feijão branco e couve penca Sala 1-2/Dieta: Pescada cozida c/ arroz de couve branca	                 	Sopa de brócolos Geral/Dieta: Bife de peru grelhado com salteado de feijão-verde	           
		Banana		Pão/Broa e Maçã assada	     
5ª Feira	29-dez	Sopa de grão e espinafres Geral: Rancho (lombo de porco, grão, cenoura, couve lombarda, massa cotovelo) Dieta: Lombo de porco estufado em cru com massa e couve lombarda	                 	Sopa de legumes Geral/Dieta: Caldeirada de granadeiro c/ tomate, pimento e couve-flor	           
		Laranja/Clementina		Pão/Broa e Pera assada	     
6ª Feira	30-dez	Sopa de brócolos e couve lombarda Geral/Dieta: Peixe-espada grelhado com batata cozida e salteado de nabíças (Dieta: couve branca cozida)	           	Sopa de legumes Geral/Dieta: Coelho estufado em cru com couves de bruxelas	           
		Maçã		Pão/Broa e Uvas	     
Sábado	31-dez	Sopa de feijão branco e nabíças Geral/Dieta: Arroz fresco de frango com salada de alface e tomate	           	Sopa de legumes Geral/Dieta: : Cozido de Natal (batata, bacalhau, penca, olho e batata)	           
		Banana		Doces de natal*1	     
Domingo	01-jan	Creme de abóbora Geral: Borrego assado no forno c/ pera, batata e grelos Dieta: Vitela assada no forno ao natural c/ arroz seco e couve coração cozida	           	Sopa de tomate e feijão-verde Geral/Dieta: Roupa velha (migas de bacalhau desfiadas c/ batata, cenoura e couve portuguesa)	           
		Doces de Natal*1	     	Pão/Broa e Fruta laminada	     

*1 Doces de natal inclui Rabanadas, Sopas secas, Formigos/mexidos, Aletria, Bolo-rei e Pão-de-ló

Legenda alergénios presentes em géneros alimentícios (segundo o recomendado pelo Regulamento EU 1169/2011 e esclarecimento 2/DHA/2014 que obriga à comunicação de alergénios em géneros alimentícios não pré-embalados)

	Glúten		Soja		Leite		Ovo		Peixe		Amendoins
	Sementes de sésamo		Dióxido de enxofre e sulfitos		Frutos de casca rija		Aipo		Moluscos		Mostarda
	Tramongo		Moluscos		Moluscos		Moluscos		Moluscos		Moluscos

Ina Sáiz 0853W