SUCH NUTRIÇÃO
ALIMENTAÇÃO HOSPITALAR

EMENTA REFEITÓRIO

ALTCH **SEMANA DE 09 A 15 DE OUTUBRO DE 2026**

SEMANA A	ALMOÇO	ALERGÉNIOS		JANTAR	ALERGÉNIOS
2ª Feira	Sopa de grelos		**SOPA**	Creme de alface	
	Salmão grelhado com batata cozida	4	**PEIXE**	Salmão grelhado com batata cozida	4
	Coelho à Caçador com batata cozida	12	**CARNE**	Bife de frango estufado com fusilli	1, 6
9-nov	Bife de frango grelhado com arroz alegre		**DIETA**	-	
	Omelete de queijo com arroz alegre	3,7	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Salada de batata com feijão frade	
	Salada/Legumes salteados	9	**LEGUMES**	Jardineira de legumes	
3ª Feira	Sopa de feijão com couve lombarda		**SOPA**	Creme de abóbora com espinafres	
	Red fish no forno com batata assada	4	**PEIXE**	Filetes de pescada gratinados com puré de batata	4,7
	Espetada de aves grelhada com arroz de cenoura		**CARNE**	Carne de porco aos cubos estufada com fusilli	1,12
10-nov	Bife de vaca estufado com cogumelos e esparguete	1,12	**DIETA**	-	
	Empadão de legumes	3,7,9	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Estufado de cogumelos com arroz de cenoura	
	Feijão-verde		**LEGUMES**	Brócolos/ Salada	
4ª Feira	Creme de abóbora		**SOPA**	Sopa de nabo com feijão-verde	
	Peixe à Brás	3,4	**PEIXE**	Maruca cozida com meio ovo e batata cozida	3,4
	Lombo de porco assado com castanhas com arroz branco e migas de feijão frade	1,12	**CARNE**	Bife de frango à Primaveril com arroz de legumes	12
11-nov	Maruca cozida com meio ovo e batata cozida	3	**DIETA**	-	
	Almôndegas de soja com arroz branco	1,3,6,12	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Salada de grão com ovo cozido	3
	Salada/Cenoura		**LEGUMES**	Grelos	
5ª Feira	Sopa de grão com agrião		**SOPA**	Sopa de brócolos	
	Filetes de pescada dourados com açorda de tomate	1,3,4	**PEIXE**	Red fish cozido com batata cozida	4
	Tirinhas de vaca à Primaveril com esparguete	1,12	**CARNE**	Tirinhas de vaca à Primaveril com esparguete	1,12
12-nov	Cavala grelhada com batata cozida	4	**DIETA**	-	
	Ervilhas com ovos escalfados com batata cozida	3	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Omelete simples com arroz de cenoura	3
	Couve-flor e cenoura		**LEGUMES**	Salada/Jardineira de legumes	
6ª Feira	Caldo verde	6,12	**SOPA**	Sopa de juliana de legumes	
	Carapau grelhado com batata cozida	4	**PEIXE**	Pescada grelhada com batata assada	4
	Arroz de aves	6,12	**CARNE**	Costeleta de porco grelhada com arroz de ervilhas	
13-nov	Febra de porco estufada com fusilli	1	**DIETA**	-	
	Fusilli gratinado com legumes e cogumelos	1,7,12	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Estufado de soja e legumes com arroz de ervilhas	6,9
	Salada/Brócolos		**LEGUMES**	Cenoura	
Sábado	Sopa de espinafres		**SOPA**	Creme de ervilhas	
	Caldeirada de peixe (salmão, tintureira, pescada)	4	**PEIXE**	Salada de atum com batata cozida	4
	Carne de vaca estufada com arroz de cenoura	12	**CARNE**	Coxa de peru no forno com esparguete	1,12
14-nov	Legumes salteados com soja fina e arroz de cenoura	6,9	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Estufado de cogumelos com esparguete	1,12
	Grelos		**LEGUMES**	Salada/Feijão-verde	
Domingo	Sopa de couve-flor		**SOPA**	Creme de cenoura	
	Perca grelhada com batata cozida	4	**PEIXE**	Perca grelhada com puré de batata	4
	Jardineira de carnes (vaca, porco)	12	**CARNE**	Bife de frango estufado com arroz alegre	12
15-nov	Jardineira de soja	6	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Grão estufado com legumes e arroz alegre	
	Salada/Legumes salteados	9	**LEGUMES**	Couve-de-bruxelas	

Esta ementa está sujeita a alterações.

Lista de alergénios de acordo com Reg. 1169/2011: 1 - Cereais que contém glúten; 2 - Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 3 - Ovos e produtos à base de ovo; 4 - Peixe e produtos à base de peixe; 5 - Amendoins e produtos à base de amendoins; 6 - Soja e produtos à base de soja; 7 - Leite e produtos à base de leite; 8 - Frutos de casca rija e produtos à base de casca rija; 9 - Aipo e produtos à base de aipo; 10 - Mostarda e produtos à base de mostarda; 11 - Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; 12 - SO2 superior a 10 mg/kg ou 10 mg/L; 13 - Tremoços e produtos à base de tremoço; 14 - Moluscos e produtos à base de moluscos.