SUCH NUTRIÇÃO
ALIMENTAÇÃO HOSPITALAR

EMENTA REFEITÓRIO

ALTCH **SEMANA DE 23 A 29 DE NOVEMBRO DE 2026**

SEMANA C	ALMOÇO	ALERGÉNIOS		JANTAR	ALERGÉNIOS
2ª Feira	Sopa de grão com espinafres		**SOPA**	Sopa de feijão-verde	
	Salada de batata, atum, ovo e azeitonas	3,4,12	**PEIXE**	Arroz de tamboril	4
	Carne de vaca estufada à Primaveril com esparguete	1,12	**CARNE**	Bife de frango grelhado com esparguete	1
23-nov	Febra de porco grelhada com arroz branco		**DIETA**	-	
	Omelete de queijo com arroz branco	3,7	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Bolonhesa de soja	1,6
	Salada/Jardineira de legumes		**LEGUMES**	Brócolos	
3ª Feira	Creme de alface		**SOPA**	Sopa de grelos	
	Badejo de tomatada com batata cozida	4	**PEIXE**	Pastéis de bacalhau com arroz de cenoura	1,3,4
	Pizza à Napolitana	1,6,7,12	**CARNE**	Costeleta de porco estufada com fusilli	1
24-nov	Bife de perú grelhado com arroz branco	1	**DIETA**	-	
	Feijoada de cogumelos com arroz branco	12	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Salteado de legumes com soja fina e fusilli	1,6,9
	Couve lombarda		**LEGUMES**	Salada/Couve-de-bruxelas	
4ª Feira	Sopa de agrião		**SOPA**	Sopa de couve-flor	
	Meia desfeita de bacalhau com grão	4	**PEIXE**	Meia desfeita de pescada com grão	4
	Caril de frango com arroz branco	12	**CARNE**	Bife de novilho estufado com arroz branco	12
25-nov	Tirinhas de vaca com cogumelos e arroz branco	7,12	**DIETA**	-	
	Pataniscas de cogumelos com arroz branco	1,3,12	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Salada de batata com grão	
	Salada/Legumes salteados	9	**LEGUMES**	Feijão-verde	
5ª Feira	Sopa de brócolos	6,12	**SOPA**	Creme de abóbora e espinafres	
	Lasanha de atum	3,4,7,12	**PEIXE**	Macarrão com atum estufado	4,12
	Coxa de perú estufada com arroz branco	1,12	**CARNE**	Bife de perú grelhado com arroz branco	12
26-nov	Perca grelhada com batata cozida	4	**DIETA**	-	
	Crepe de legumes e soja com arroz branco	1,3,6,7,9	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Soja grossa estufada com legumes e arroz branco	6,9
	Jardineira de legumes		**LEGUMES**	Salada/Couve-flor e cenoura	
6ª Feira	Caldo verde	6,12	**SOPA**	Creme de ervilhas	
	Red-fish de cebolada com batata assada	4	**PEIXE**	Red-fish cozido com arroz branco	4
	Carne de porco à Alentejana	2,12,14	**CARNE**	Costeleta de porco grelhada com esparguete	1
27-nov	Bife de frango à Primaveril com esparguete	1	**DIETA**	-	
	Lasanha de legumes	1,3,7,9,12	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Omelete simples com arroz de cenoura	3
	Salada/Brócolos		**LEGUMES**	Couve-de-bruxelas	
Sábado	Sopa de feijão com couve lombarda		**SOPA**	Sopa de nabo com feijão-verde	
	Pescada à Setubalense com batata cozida	4,12	**PEIXE**	Pescada grelhada com batata cozida	4
	Febra de porco com molho de cogumelos e arroz branco	12	**CARNE**	Tiras de perú salteadas com legumes e arroz de cenoura	9,12
28-nov	Strogonoff de cogumelos com arroz branco	9	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Cogumelos salteados com legumes e arroz de cenoura	9.12
	Couve-flor e cenoura		**LEGUMES**	Salada/Legumes salteados	9
Domingo	Creme de alho-francês		**SOPA**	Creme de cenoura	
	Filetes de pescada no forno com arroz branco	4	**PEIXE**	Salmão grelhado com batata cozida com molho verde	4
	Coxa de frango corada com fusilli	1	**CARNE**	Febra de porco grelhada com arroz branco	
29-nov	Fusilli gratinado com legumes	7,9,12	**OVOLACTOVEGETARIANO**	Salada de batata com feijão frade	
	Salada/Grelos		**LEGUMES**	Couve lombarda	

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.