

## EMENTA DIETA ANTIDIARREICA

<b>REFEIÇÃO</b>			<b>Alergénios</b>	
Segunda-feira	<b>Lanche da manhã</b>	Fruta cozida/madura		
	<b>Almoço</b>	Sopa	Creme de cenoura	
		Prato	Peito de frango grelhado com massa espiral	1
		Sobremesa	Fruta da época	
<b>Lanche da tarde</b>	Papa de arroz			
Terça-feira	<b>REFEIÇÃO</b>			<b>Alergénios</b>
	<b>Lanche da manhã</b>	Fruta cozida/madura		
	<b>Almoço</b>	Sopa	Caldo de arroz	
		Prato	Maruca cozida com batata cozida	4
Sobremesa		Fruta da época		
<b>Lanche da tarde</b>	Pão tipo “branco” + fruta cozida		1	
Quarta-feira	<b>REFEIÇÃO</b>			<b>Alergénios</b>
	<b>Lanche da manhã</b>	Fruta cozida/madura		
	<b>Almoço</b>	Sopa	Creme de abóbora com massinhas	1
		Prato	Bife de peru grelhado com arroz branco	
Sobremesa		Fruta da época		
<b>Lanche da tarde</b>	Pão tipo “branco” + iogurte natural		1,7	

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos.

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

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

Declaração nutricional: valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, *Tabela da Composição de Alimentos* (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.

Legenda: VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas.

## EMENTA DIETA ANTIDIARREICA

REFEIÇÃO		Alergénios
Lanche da manhã	Fruta cozida/madura	
<b>Almoço</b>	Sopa	Caldo de arroz com cubinhos de cenoura
	Prato	Pescada cozida com batata cozida
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Papa de arroz	1

REFEIÇÃO		Alergénios
Lanche da manhã	Fruta cozida/madura	
<b>Almoço</b>	Sopa	Puré de cenoura
	Prato	Perna de frango cozida com massa <i>penne</i>
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Pão tipo "branco" + banana/fruta cozida	1



EMENTA ELABORADA POR:

Catarina Branco

NUTRICIONISTA | CP4232N

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos.

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

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

Declaração nutricional: valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, *Tabela da Composição de Alimentos* (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.

Legenda: VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, , HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas.