



Município de TAVIRA

Semana de 1 a 3 de abril

Quarta - Dia da Dieta Mediterrânea		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Creme de legumes	178	42	0,7	0,1	6,3	2,2	1,5	0,3
Prato	Pescada cozida com salada de batata, cenoura, ervilhas e feijão-frade ⁴	404	96	2,5	0,4	8,9	1,0	8,6	0,3
Vegetariano	Salada de feijão frade com legumes e batata	337	80	2,5	0,4	10,3	1,9	2,8	0,4
Sobremesa 1	Maçã starking	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 2	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0
Sobremesa 3	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0



Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Caldo verde ¹	218	52	1,3	0,3	6,5	1,0	2,6	0,4
Prato	Carne de porco assada com arroz, salada de beterraba, tomate e pepino	533	127	3,7	0,8	13,6	1,4	9,1	0,2
Vegetariano	Tofu no forno com arroz, salada de beterraba e milho ^{1,6}	597	142	4,3	3,2	18,9	1,0	6,1	0,1
Sobremesa 1	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0
Sobremesa 2	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Sobremesa 3	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa de feijão verde	191	45	0,7	0,1	7,2	2,7	1,4	0,1
Prato	Salada de salmão com espirais tricolor, salada de alface, couve roxa e milho ^{1,4}	937	224	12,1	2,2	17,7	1,2	10,2	0,1
Vegetariano	Massinha de soja com salada de alface, couve roxa e milho ^{1,3,6,8,11}	475	113	4,4	0,7	12,4	1,7	4,4	0,2
Sobremesa 1	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Sobremesa 2	Maçã starking	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 3	Clementina	223	53	0,2	0,0	11,1	11,1	0,8	0,0

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



Município de TAVIRA

Semana de 6 a 10 de abril

		VE	VE	Líp.	AG Sat.	HC	Açúcar	Prot.	Sal
		(kJ)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)
Segunda									
Sopa	Sopa juliana	145	34	0,6	0,1	5,0	2,4	1,4	0,1
Prato	Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e salada couve roxa, beterraba e cenoura ^{1,2,3,4,7,14}	472	112	3,2	0,5	15,0	1,9	4,6	0,4
Vegetariano	Nacos de soja estufados com arroz de ervilhas e salada de couve roxa, beterraba e cenoura ^{1,6,8,11}	425	101	3,2	0,5	12,1	2,4	4,2	0,2
Sobremesa 1	Maçã starking	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 2	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sobremesa 3	Abacaxi	217	52	0,3	0,0	9,7	9,7	0,9	0,0
Terça									
Sopa	Creme de alho francês	163	39	0,6	0,1	5,9	2,4	1,4	0,1
Prato	Frango estufado com couscous de macedónia e salada de alface, cenoura e couve branca ¹	586	140	6,3	1,3	12,3	1,2	7,9	0,3
Vegetariano	Tofu estufado com couscous de macedónia e salada de alface ^{1,6}	449	107	4,5	3,2	9,5	0,6	6,4	0,1
Sobremesa 1	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sobremesa 2	Maçã golden	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 3	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Quarta									
Sopa	Canja com massinha ¹	380	90	1,8	0,5	4,6	0,7	13,5	0,6
Sopa 2	Creme de cenoura	157	37	0,6	0,1	5,5	2,4	1,4	0,2
Prato	Filetes de fogaño assado no forno com batata/ batata-doce, cenoura, couve de bruxelas e couve flor ⁴	273	65	1,8	0,3	6,3	1,5	5,0	0,4
Vegetariano	Caril de grão com batata, cenoura, couve de bruxelas e couve-flor ^{9,10,11,12}	365	87	3,6	1,5	9,7	2,0	2,9	0,3
Sobremesa 1	Gelatina	531	127	0,2	0,0	31,0	30,9	0,2	0,2
Sobremesa 2	Kiwi	282	67	0,4	0,1	13,2	12,6	0,9	0,0
Sobremesa 3	Clementina	223	53	0,2	0,0	11,1	11,1	0,8	0,0
Quinta									
Sopa	Sopa à lavrador	290	69	0,8	0,1	11,0	2,4	3,2	0,1
Prato	Arroz de aves e cenoura com salada de alface, beterraba e couve roxa	520	124	5,3	1,1	11,4	1,7	6,9	0,2
Vegetariano	Seitan estufado salteado com legumes, arroz e salada de alface, beterraba e couve roxa ^{1,3,5,6,7,8,9,10}	530	126	4,6	0,5	14,0	2,1	6,1	0,4
Sobremesa 1	Kiwi	282	67	0,4	0,1	13,2	12,6	0,9	0,0
Sobremesa 2	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Sobremesa 3	Melão	211	50	0,3	0,1	10,3	10,3	0,5	0,0
Sexta - Dia Vegetariano									
Sopa	Sopa de abóbora	135	31	0,6	0,0	4,6	1,8	1,1	0,1
Prato	Bolonhesa de soja e salada de tomate, alface e pepino ^{1,3,6,8,11}	724	173	3,4	0,5	16,5	5,1	15,9	0,2
Vegetariano	Bolonhesa de soja e salada de tomate e alface e pepino ^{1,3,6}	769	182	3,6	0,4	21,4	1,5	15,1	0,1
Sobremesa 1	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Sobremesa 2	Abacaxi	217	52	0,3	0,0	9,7	9,7	0,9	0,0
Sobremesa 3	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



Município de TAVIRA

Semana de 13 a 17 de abril

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa macedónia	231	55	1,1	0,1	7,3	2,2	2,7	0,1
Prato	Almôndegas de aves com esparguete e salada de alface, pimentos e pepino ^{1,2,3,6,7,8,10,11,12,14}	625	149	6,9	0,4	13,0	1,6	8,0	0,6
Vegetariano	Hambúguer de cogumelos com esparguete e salada de alface, pimentos e pepino ^{1,3,5,6,7,8,9,10,11}	697	166	6,0	1,3	15,3	2,4	9,7	0,6
Sobremesa 1	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sobremesa 2	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0
Sobremesa 3	Maçã starking	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Creme de espinafres	140	33	0,7	0,1	4,4	1,7	1,3	0,1
Prato	Salada de bacalhau com batata, feijão-verde, cenoura, couve de bruxelas e ovo ^{3,4}	356	85	3,3	0,7	5,9	1,4	7,1	1,0
Vegetariano	Lentilhas estufadas com cenoura, batata cozida, feijão verde e couve de bruxelas	332	79	2,1	0,3	10,4	1,9	3,3	0,3
Sobremesa 1	Abacaxi	217	52	0,3	0,0	9,7	9,7	0,9	0,0
Sobremesa 2	Maçã golden	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 3	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Creme de cenoura	188	44	0,7	0,1	7,4	3,0	1,1	0,2
Prato	Feijoada de porco (couve-lombarda, cenoura, curgete e massa) ¹	335	80	4,1	1,1	2,7	1,2	7,3	0,3
Vegetariano	Feijoada vegetariana ¹	724	170	2,6	0,3	27,8	1,0	8,2	0,3
Sobremesa 1	Maçã golden	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 2	Abacaxi	217	52	0,3	0,0	9,7	9,7	0,9	0,0
Sobremesa 3	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa de alho francês	164	39	0,7	0,1	6,0	2,6	1,2	0,1
Prato	Filetes de pescada dourados com batata assada e macedónia (ervilhas, feijão-verde e cenoura) ^{1,2,3,4,7,14}	477	113	2,5	0,4	16,8	1,3	5,6	0,3
Vegetariano	Curgete salteada com cogumelos e arroz de macedónia	414	98	2,5	0,4	15,5	0,7	2,6	0,3
Sobremesa 1	logurte ⁷	338	79	1,8	1,0	11,3	11,3	4,3	0,2
Sobremesa 2	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Sobremesa 3	Abacaxi	217	52	0,3	0,0	9,7	9,7	0,9	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa de couve-lombarda e feijão	244	58	0,7	0,1	8,9	2,1	2,5	0,3
Prato	Arroz de pato, salada de cenoura, milho e nabo	741	176	4,6	1,0	21,2	0,7	11,8	0,3
Vegetariano	Arroz de lentilhas e legumes, salada de cenoura, milho e nabo	690	164	3,1	0,4	27,6	1,0	5,0	0,3
Sobremesa 1	Maçã golden	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 2	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Sobremesa 3	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁹Aipo, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



Município de TAVIRA

Semana de 20 a 24 de abril

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Creme de couve-lombarda	129	31	0,3	0,0	3,3	2,1	2,2	0,0
Prato	Bolonhesa de atum, salada de tomate, cenoura e beterraba ^{1,4}	605	144	8,4	0,6	10,0	2,2	10,2	0,5
Vegetariana	Bolonhesa de soja, salada de tomate, cenoura e beterraba ^{1,3,6,8,11}	609	145	2,7	0,4	14,5	5,2	12,9	0,2
Sobremesa 1	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sobremesa 2	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Sobremesa 3	Clementina	223	53	0,2	0,0	11,1	11,1	0,8	0,0

Terça - Produtor local		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa de espinafres	217	52	1,1	0,1	7,6	2,2	1,8	0,3
Prato	Jardineira de frango	552	132	7,1	1,5	7,2	1,1	8,8	0,2
Vegetariana	Jardineira vegetariana	343	82	2,1	0,3	9,5	1,6	3,8	0,1
Sobremesa 1	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Sobremesa 2	Abacaxi	217	52	0,3	0,0	9,7	9,7	0,9	0,0
Sobremesa 3	Maçã golden	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0



Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa de alho francês	164	39	0,7	0,1	6,0	2,6	1,2	0,1
Prato	Massinha de corvina, pimentos, coentros com salada de alface, beterraba e milho ^{1,4}	390	93	2,0	0,3	7,3	1,1	10,6	0,3
Vegetariana	Massinha de seitan com salada de alface, beterraba e milho ^{1,6}	514	122	3,4	0,6	13,9	1,3	7,9	0,3
Sobremesa 1	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0
Sobremesa 2	Clementina	223	53	0,2	0,0	11,1	11,1	0,8	0,0
Sobremesa 3	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Creme de vegetais	164	39	0,6	0,1	5,9	2,4	1,4	0,1
Prato	Arroz à valenciana (porco, frango, cenoura, ervilha) e salada de couve roxa, cenoura e tomate	460	109	2,9	0,7	9,3	1,4	10,5	0,2
Vegetariana	Arroz de lentilhas e cenoura com salada de couve roxa e cenoura	525	124	2,5	0,4	18,8	2,2	4,9	0,1
Sobremesa 1	Clementina	223	53	0,2	0,0	11,1	11,1	0,8	0,0
Sobremesa 2	Maçã golden	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 3	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Sopa de alho francês	164	39	0,7	0,1	6,0	2,6	1,2	0,1
Prato	Calamares no forno com massa farfalle e macedónia, salada de couve branca, tomate e nabo ^{1,2,3,4,6,7,9,12,14}	485	116	4,7	0,6	14,0	2,0	3,4	0,4
Vegetariana	Salsichas vegetarianas com massa farfalle, macedónia, salada de couve branca, tomate e nabo ^{1,3,5,6,7,8,9,10,11}	469	112	6,6	0,9	8,0	1,5	4,5	0,5
Sobremesa 1	Gelatina de morango	531	127	0,2	0,0	31,0	30,9	0,2	0,2
Sobremesa 2	Maçã golden	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 3	Clementina	223	53	0,2	0,0	11,1	11,1	0,8	0,0

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁹Aipo, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



Município de TAVIRA

Semana de 27 a 30 de abril

		VE	VE	Líp.	AG Sat.	HC	Açúcar	Prot.	Sal
		(kJ)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)
Segunda									
Sopa	Creme de couve-lombarda	129	31	0,3	0,0	3,3	2,1	2,2	0,0
Prato	Empadão de carne de vaca com salada de beterraba, pepino e milho	614	146	6,7	2,2	14,1	1,6	6,5	0,4
Vegetariana	Empadão de lentilhas com legumes, salada de beterraba, pepino e milho ^{1,6,8,11}	434	103	2,2	0,3	16,1	1,7	3,5	0,3
Sobremesa 1	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sobremesa 2	Laranja	201	48	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0
Sobremesa 3	Abacaxi	217	52	0,3	0,0	9,7	9,7	0,9	0,0
		VE	VE	Líp.	AG Sat.	HC	Açúcar	Prot.	Sal
		(kJ)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)
Terça									
Sopa	Sopa de espinafres	217	52	1,1	0,1	7,6	2,2	1,8	0,3
Prato	Bacalhau espiritual com salada de alface, couve roxa e cenoura ^{1,4,7}	523	124	2,3	0,4	17,8	2,2	7,0	1,1
Vegetariana	Hambúrguer de soja com massinha, salada de alface, couve roxa e cenoura ^{1,3,6,7,8,9,10}	416	99	3,4	1,4	9,5	2,7	6,2	0,9
Sobremesa 1	logurte ⁷	338	79	1,8	1,0	11,3	11,3	4,3	0,2
Sobremesa 2	Maçã golden	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0
Sobremesa 3	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
		VE	VE	Líp.	AG Sat.	HC	Açúcar	Prot.	Sal
		(kJ)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)
Quarta									
Sopa	Sopa de alho francês	164	39	0,7	0,1	6,0	2,6	1,2	0,1
Prato	Rancho de peru (couve-lombarda, curgete e cenoura) com arroz branco	489	117	4,0	0,9	12,0	1,3	7,3	0,3
Vegetariana	Feijão estufado com alho francês, arroz branco	727	173	2,6	0,4	25,9	2,0	7,6	0,2
Sobremesa 1	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sobremesa 2	Clementina	223	53	0,2	0,0	11,1	11,1	0,8	0,0
Sobremesa 3	Kiwi	282	67	0,4	0,1	13,2	12,6	0,9	0,0
		VE	VE	Líp.	AG Sat.	HC	Açúcar	Prot.	Sal
		(kJ)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)
Quinta									
Sopa	Sopa feijão verde	191	45	0,7	0,1	7,2	2,7	1,4	0,1
Prato	Bolonhesa de atum com salada de alface, couve branca e tomate ^{1,3,4,7}	510	122	7,7	0,8	5,5	1,2	9,6	0,5
Vegetariana	Bolonhesa de lentilhas com salada de alface, couve branca e tomate ^{1,6,8,11}	487	116	4,2	2,0	14,5	1,8	4,0	0,4
Sobremesa	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sobremesa	Clementina	223	53	0,2	0,0	11,1	11,1	0,8	0,0
Sobremesa	Maçã starking	263	62	0,5	0,1	13,1	13,1	0,2	0,0

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁹Aipo, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas