itau / prazer na alimentação

ementa.

Centro Social da Foz do Douro

Centro de Dia / SAD
Semana de 2 a 6 de novembro de 2026
Almoço

Segunda

Sopa	Sopa de legumes[7,12]
Prato	Lasanha de legumes [1,3,6,7,10]
Dieta	Massa de peixe estufada ao natural com legumes[1,3,4]
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Sopa de couve-flor[7,12]
Prato	Arroz de aves gratinado no forno com salada[1,6,7]
Dieta	Arroz de aves estufado ao natural com legumes
Sobremesa	Fruta da época

Quarta

Sopa	Sopa de feijão [7,12]
Prato	Filetes de pescada dourados com salada de batata, cenoura e feijão-verde[1,3,4,6]
Dieta	Bacalhau fresco cozido com salada de batata, cenoura e feijão-verde[4]
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Creme de legumes[7,12]
Prato	Pá de porco assada com arroz e salada[12]
Dieta	Pá de porco assada ao natural com arroz e legumes
Sobremesa	Doce[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14]

Sexta

Sopa	Creme de cenoura[7,12]
Prato	Massa de atum com legumes[1,3,4]
Dieta	Pescada cozida com todos[3,4]
Sobremesa	Fruta da época

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:[1]Cereais que contêm glúten, [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. 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 calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2019), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.

siga-nos aqui:
www.itau.pt
itaualimentacao
itaualimentacao