

CANTINA – ALMOÇO | CANTEEN - LUNCH

13 - 17 DE JANEIRO – JANUARY 13th to 17th, 2025



	Segunda – feira <i>Monday</i> 13	Terça – feira <i>Tuesday</i> 14	Quarta – feira <i>Wednesday</i> 15	Quinta – feira <i>Thursday</i> 16	Sexta – feira <i>Friday</i> 17
Sopa <i>Soup</i>	Juliana <i>Vegetables</i>	Creme de ervilhas <i>Pea cream</i>	Creme de grão com nabiça <i>Chickpea cream with turnip</i>	Tomate <i>Tomato</i>	Sopa de Peixe ⁴ / Creme de cenoura (Opção vegan) <i>Fish⁴ / Carrot cream (Vegan option)</i>
Peixe/Carne <i>Fish/ Meat</i>	Carne de vaca à jardineira com salada de alface, cebola e milho <i>Beef stew with vegetables with lettuce, onion and corn salad</i>	Filetes de pescada ⁴ estufados com cebola, tomate, alho francês e cenoura, arroz branco + Cenoura raspada <i>Filets of whiting⁹ stew with onion, tomato, leek, and carrot, white rice + grated carrot.</i>	Perna de porco assada com arroz de açafrão Brócolos e cenoura baby cozidas <i>Roast pork leg with saffron rice, steamed broccoli, and baby carrots</i>	Massa gratinada ^{1,7} com atum, milho, cenoura e cogumelos <i>Pasta au gratin^{1,7} with tuna, corn, carrots and mushrooms</i>	Tiras de frango com pimentos e cenoura salteadas e arroz de ervilha Salada de repolho e cenoura <i>Chicken strips with peppers and sautéed carrots, and pea rice. Cabbage and carrot salad</i>
Vegetariano <i>Vegetarian</i>	Arroz à valenciana vegan com salsicha de soja ⁶ e salada de alface, cebola e milho <i>Vegan valencian rice with soy sausage⁶ and lettuce, onion and corn salad</i>	Estufado de feijão-vermelho com cenoura e arroz branco <i>Red bean stew with carrots and white rice</i>	Legumes salteados (jardineira e couve-flor) com esparguete ¹ , brócolos e cenoura baby cozidas <i>Sautéed vegetables (gardener and cauliflower) with spaghetti¹, broccoli and boiled baby carrots</i>	Caril de grão-de-bico com batata, legumes e salada de alface, tomate e pepino <i>Chickpea curry with potatoes, vegetables and lettuce, tomato and cucumber salad</i>	Lasanha ^{1,6} de espinafres e cogumelos com salada de repolho e cenoura <i>Spinach and mushroom lasagna^{1,6} with cabbage and carrot salad</i>
Jantar <i>Dinner</i> (take-away)	Bacalhau ^{1,4} com natas ⁷ Salada de alface, cebola e milho <i>Cod^{1,4} with cream⁷</i> <i>Lettuce, onion, and corn salad</i>	Frango estufado com cenoura, ervilhas, puré ⁷ de batata e cenoura raspada <i>Stewed chicken with carrots, peas, mashed potatoes⁷ and grated carrot</i>	Salada de grão, batata, bacalhau ⁴ , ovo ³ e brócolos e cenoura baby cozidas <i>Chickpea, potato, codfish⁴, egg³ and broccoli salad and boiled baby carrots</i>	Assaduras de porco assadas com arroz branco de vilão, batata cozida e salada de alface, tomate e pepino <i>Roasted pork roast with white rice, boiled potato and lettuce, tomato and cucumber salad</i>	Peixe-vermelho no forno com batata assada e salada de repolho e cenoura <i>Redfish in the oven with baked potatoes and cabbage and carrot salad</i>
Sobremesa <i>Desert</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Gelatina / Fruta da época <i>Jelly / Fruit</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Fruta da época <i>Fruit</i>	Mousse de chocolate ^{3,4} / Fruta da época <i>Chocolate mousse^{3,4} / Fruit</i>

A ementa pode ser sujeita a alterações, de acordo com a disponibilidade dos produtos, principalmente dos alimentos sazonais. *Intolerâncias apenas às proteínas do leite de vaca e glúten A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1 – Glúten; 2 – Crustáceos/Marisco; 3 – Ovos; 4 – Peixe e produtos à base de peixe; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite/ Lactose; 8 – Frutos de Casca Rija; 9 – Aipo; 10- Mostarda; 11- Sementes de sésamo; 12- Dióxido de Enxofre e Sulfitos; 13- Tremoços; 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para mais informação adicional, deve solicitar esclarecimento junto de um colaborador. Due to unforeseen circumstances, the menu may be subject to change. If you are allergic or intolerant to any substance, please consult the unit manager for more detailed information before consuming your meal. 1Cereals containing gluten., 2 Crustaceans, 3 Eggs, 4Fish, 5 Peanuts, 6Soy, 7Milk, 8Nuts, 9Aipo, 10Mustard, 11Sesame seeds 12Sulfur Dioxide and Sulfites, 13Lupin, 14Mollusks. Possible cross-contamination cannot be ruled out. For those who are not allergic or intolerant, these substances or products are completely harmless

Obs: A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos / The menu may change for unforeseen