

FUNDAÇÃO CEBI – Intolerantes ao glúten

Semana de 6 a 10 de novembro de 2023



Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa juliana	275	66	2,2	0,3	9,7	1,6	0,2	2,4
Prato	Arroz de peixe com coentros ⁴	880	331	20,1	5,7	26,8	10,5	1,9	0,1
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa cenoura com grão ¹⁵	584	139	3,1	0,4	21,3	6,0	0,2	2,4
Prato	Bifinhos de frango grelhados com molho de limão e massa sem glúten	554	132	3,7	1,1	14,9	9,5	0,2	1,2
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	logurte e bola de mistura com fiambre sem glúten ^{3,6,7,13}	644	154	3,2	1,4	24,5	6,2	0,9	0,6

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Creme brócolos	267	64	2,2	0,3	8,7	2,1	0,2	1,8
Prato	Abrótea cozida com batata cozida e feijão verde ⁴	338	81	0,7	0,1	11,2	7,0	0,1	1,0
Sobremesa	Gelatina sem glúten/fruta ¹²	282	66	0,1	0,0	14,8	1,8	0,1	14,8
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa feijão-verde	292	70	2,2	0,4	10,6	1,8	0,3	2,5
Prato	Pá de porco assada com tomilho e alecrim com massa sem glúten ^{3,10}	955	228	9,5	3,4	21,7	13,4	0,2	0,6
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	logurte e bola de mistura com queijo sem glúten ^{3,6,7,13}	665	159	3,5	1,9	23,9	7,3	0,7	7,9

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Creme de legumes	272	65	2,2	0,3	9,6	1,6	0,2	2,2
Prato	Carapau grelhado com batata cozida e brócolos ⁴	375	90	1,6	0,3	11,3	7,3	0,2	0,9
Sobremesa	Gelatina sem glúten/fruta ¹²	282	66	0,1	0,0	14,8	1,8	0,1	14,8
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

OBS: SALADA DISPONÍVEL

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos, ¹⁵Leguminosas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

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.

VE - Valor energético, Líp. - Lipídios, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



Prestação de serviços de restauração coletiva, incluindo o serviço de refeições pré-preparadas e as atividades de venda em máquinas de distribuição automática, com a aplicação da metodologia de "análise de perigos e controlo de pontos críticos de controlo" aplicado em:
18001 (CNP 1987/CEP.574) - Col. Pina Marique; Banco de Portugal; Mahle; Ed. Sede GGD; Viteon Portuguesa; Col. Nuno Álvares; Col. N.º 1 de Conceição; Centro de Estudos de Fátima; Hosp. Distrital de Faro; Col. S. João de Brito; Col. Luso Internacional do Porto; Grohe Portugal; S. B. 2º e 3º e 3º João Bartolomeu Pereira; Col. Maria Pia; Col. Planalto; Hospital S.C.M. Entrecampos; Celbi - Figueira da Foz; Pina /Diz; Leve; Vodafone; Caetano Coatings - Carregado; SOLVAY; C. S. P. Nossa Sra da Anunciada

FUNDAÇÃO CEBI – Intolerantes ao glúten

Semana de 13 a 17 de novembro de 2023



Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Creme ervilhas ¹⁵	338	80	2,1	0,3	12,3	2,8	0,2	1,6
Prato	Arroz de aves	837	200	4,7	1,3	24,6	14,0	0,3	0,2
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa couve-flor	124	30	0,2	0,0	3,4	3,7	0,0	2,8
Prato	Maruca cozida com aroma de coentros e batata cozida e macedónia ^{3,4,15}	333	79	0,7	0,1	11,2	6,6	0,2	0,6
Sobremesa	Gelatina sem glúten/fruta	282	66	0,1	0,0	14,8	1,8	0,1	14,8
Lanche	logurte e bola de mistura com fiambre sem glúten ^{3,6,7,13}	644	154	3,2	1,4	24,5	6,2	0,9	0,6

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa abóbora com espinafres	213	51	1,8	0,3	7,1	1,6	0,2	1,6
Prato	Frango corado com arroz e couve de bruxelas	457	109	2,6	0,8	13,1	8,0	0,3	0,8
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Creme alho francês	249	59	1,9	0,3	8,7	1,7	0,2	2,1
Prato	Red fish no forno com batata corada ⁴	370	88	1,2	0,2	11,4	7,7	0,2	0,8
Sobremesa	Gelatina sem glúten/fruta ¹²	282	66	0,1	0,0	14,8	1,8	0,1	14,8
Lanche	logurte e bola de mistura com queijo sem glúten ^{3,6,7,13}	557	133	2,8	1,4	18,6	7,9	0,7	0,6

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa cenoura	301	72	2,4	0,3	10,8	1,5	0,2	2,3
Prato	Perna de peru assada com molho de citrinos e massa sem glúten	960	230	10,6	3,5	22,8	10,2	1,5	1,5
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

OBS: SALADA DISPONÍVEL

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos, ¹⁵Leguminosas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

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.

VE - Valor energético, Líp. - Lipídios, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



Proteção de serviços de restauração coletiva, incluindo o serviço de refeições pré-preparadas e as atividades de venda em máquinas de distribuição automática, com a aplicação da metodologia de "análise de perigos e controlo de pontos críticos de controlo" aplicado em:

8901 (CNP 1997/CEP.574) - Col. Pina Marique; Banco de Portugal; Mahle; Ed. Sede GGD; Viteon Portuguesa; Col. Nuno Álvares; Col. N.º 4 da Conceição; Centro de Estudos de Fátima; Hosp. Distrital de Faro; Col. S. João de Brito; Col. Luso Internacional do Porto; Grohe Portugal; S. B. 2º e 3º e 3º João Bartolomeu Pereira; Col. Maria Pia; Col. Planalto; Hospital S.C.M. Entrecamamento; Celbi - Figueira da Foz; Fina /Diz; Lever; Vodafore; Caetano Coatings - Carregado; SOLVAY; C. S. P. Nossa Sra da Anunciada

FUNDAÇÃO CEBI – Intolerantes ao glúten

Semana de 20 a 24 de novembro de 2023



Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa cenoura com courgete	255	61	2,0	0,3	9,0	1,5	0,2	2,2
Prato	Pescada cozida com batata e feijão verde ⁴	1159	277	12,8	0,8	23,4	16,3	0,2	1,0
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Crepe de legumes	460	109	2,0	0,3	16,8	5,5	0,2	1,7
Prato	Perna de peru estufada com arroz e cenoura assada	870	206	3,0	0,7	27,7	16,9	0,3	0,2
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	logurte e bola de mistura com fiambre sem glúten ^{3,6,7,13}	644	154	3,2	1,4	24,5	6,2	0,9	0,6

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa minestrone	301	72	2,3	0,3	10,7	1,7	0,2	1,7
Prato	Carapau grelhado com batata cozida e brócolos ⁴	375	90	1,6	0,3	11,3	7,3	0,2	0,9
Sobremesa	Gelatina sem glúten/fruta ¹²	282	66	0,1	0,0	14,8	1,8	0,1	14,8
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa feijão-verde	346	82	2,1	0,4	13,6	2,1	0,3	2,2
Prato	Frango estufado com esparguete sem glúten	846	202	6,4	1,8	20,7	14,9	0,3	1,3
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	logurte e bola de mistura com queijo sem glúten ^{3,6,7,13}	557	133	2,8	1,4	18,6	7,9	0,7	0,6

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa de nabijas	321	76	2,0	0,3	12,8	1,7	0,3	2,5
Prato	Red fish corado no forno com batata corada ⁴	369	88	0,8	0,1	12,2	7,7	0,2	0,8
Sobremesa	Gelatina sem glúten/fruta ¹²	282	66	0,1	0,0	14,8	1,8	0,1	14,8
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

OBS: SALADA DISPONÍVEL

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços ¹⁴Moluscos ¹⁵Leguminosas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

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.

VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



Prestação de serviços de restauração colectiva, incluindo o serviço de refeições pré-preparadas e as actividades de venda em máquinas de distribuição automática, com a aplicação da metodologia de "análise de perigos e controlo de pontos críticos de controlo" aplicada em:

5001 (CAN 1997/CEP 574) - Col. Pina Manique; Banco de Portugal; Mahle; Ed. Sede GGD; Viseu; Portuguesa; Col. Nuno Álvares; Col. N.º 2 e 3 da Concórdia; Centro de Estudos de Física; Hosp. Central de Faro; Col. S. João de Brito; Col. Luso Internacional do Porto; Ginásio Portugal; E. B. 2º e 3º cdo Bartolomeu Perestelo; Col. Maria Pia; Col. Planalto; Hospital. S.C.M. Entroncamento; Celis - Figueira da Foz; Rima /Dili; Leve; Vozalono; Cadeano Coolings - Carregado; SOLVAT; E. S. P. Nossa Sra de Anunciada

FUNDAÇÃO CEBI – Intolerantes ao glúten

Semana de 27 de novembro a 1 de dezembro de 2023



Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa alho francês	276	66	2,2	0,3	9,7	1,7	0,2	2,1
Prato	Tirinhas de frango grelhadas com mel, tomilho e esparguete sem glúten ^{3,12}	961	230	9,9	3,5	19,8	14,8	0,2	1,4
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Couve lombarda	356	85	2,2	0,3	13,8	2,2	0,3	2,0
Prato	Pescada grelhada com batata cozida e grelos salteados ⁴	327	78	0,8	0,1	10,5	6,9	0,2	1,0
Sobremesa	Fruta / gelatina sem glúten ¹²	282	66	0,1	0,0	14,8	1,8	0,1	14,8
Lanche	logurte e bola de mistura com fiambre sem glúten ^{3,6,7,13}	644	154	3,2	1,4	24,5	6,2	0,9	0,6

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Abóbora com espinafres	277	66	1,8	0,3	10,4	1,8	0,3	1,6
Prato	Strogonoff de frango com arroz branco ⁷	733	175	2,9	1,0	21,4	15,1	0,3	0,3
Sobremesa	Frutas	238	57	0,5	0,1	13,4	0,2	0,0	13,4
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{3,6,7,13}	491	118	3,7	0,6	16,5	4,5	0,3	0,4

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Caldo verde	231	55	2,1	0,6	6,3	2,7	0,3	0,2
Prato	Pescada em lascas em cama de batata e espinafres ^{4,6,7}	797	190	7,8	1,6	17,5	12,1	0,3	1,2
Sobremesa	Fruta / gelatina sem glúten ¹²	282	66	0,1	0,0	14,8	1,8	0,1	14,8
Lanche	logurte e bola de mistura com queijo sem glúten ^{3,6,7,13}	557	133	2,8	1,4	18,6	7,9	0,7	0,6

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
--	--	------------	--------------	-------------	----------------	-----------	--------------	------------	---------------

FERIADO

OBS: SALADA DISPONÍVEL

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos, ¹⁵Leguminosas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

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.

VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas



Prestação de serviços de restauração colectiva, incluindo o serviço de refeições pré preparadas e as actividades de venda em máquinas de distribuição automática, com a aplicação da metodologia de "análise de perigos e controlo de pontos críticos de controlo" aplicado em:

9001 (C.Nº 1997/CEP-574) - Col. Pina Manique; Banco de Portugal; Mahle; Ed. Sede CSD; Viseu; Portugal; Col. Nuno Álvares; Col. N.º 51-P da Conselheiro; Centro de Estudos de Física; Hosp. Distrital de Faro; Col. S. João de Brito; Col. Luso Internacional do Porto; Grube Portugal; E. B. 2º e 3º cido Bartolomeu Perestrelo; Col. Maria Pia; Col. Planalto; Hospital; S.C.M. Entroncamento; Celbi - Figueira da Foz; Fima /Ola; Lever; Vodafone; Castano Coatings - Carregado; SOLVAY; C. S. P. Nossa Sª da Anunciada