

FUNDAÇÃO CEBI – Intolerantes ao glúten Semana de 3 a 7 de fevereiro de 2025



		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Segunda									
Sopa	Sopa alho francês	204	48	1,1	0,1	6,8	1,7	0,3	2,1
Prato	Tirinhas de frango grelhadas com mel, tomilho com massa sem glúten e feijão verde cozido ^{6,13}	812	185	2,8	0,6	31,1	7,6	0,2	1,9
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{6,7,10,13}	426	102	4,2	1,5	12,0	3,3	0,3	4,4
Terça									
Sopa	Couve-lombarda	196	46	1,0	0,1	6,6	1,7	0,4	1,8
Prato	Red fish ao natural com arroz de legumes ⁴	822	194	2,8	0,3	33,1	8,6	0,2	0,7
Sobremesa	Fruta / gelatina sem glúten ¹²	12	3	0,0	0,0	0,0	0,7	0,0	0,0
Lanche	logurte e bola de mistura com fiambre de peru sem glúten ^{6,7,10,13}	444	105	2,3	0,8	15,1	3,6	0,6	4,2
Quarta									
Sopa	Abóbora com espinafres	190	45	1,2	0,1	6,0	1,7	0,4	1,6
Prato	Borrego cozido com hortelã com esparguete sem glúten e cenoura assada ^{6,13}	807	191	3,1	0,7	33,6	6,7	0,2	1,1
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	Sumo (sem adição de açúcar) e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{6,10,13}	400	95	2,9	0,7	15,2	1,2	0,2	7,5
Quinta									
Sopa	Caldo verde	181	42	0,9	0,1	6,0	1,6	0,4	2,0
Prato	Empadão de atum com arroz e mistura de legumes ⁴	899	214	7,3	0,5	29,5	10,3	0,5	0,7
Sobremesa	Fruta / gelatina sem glúten ¹²	12	3	0,0	0,0	0,0	0,7	0,0	0,0
Lanche	logurte, panqueca sem glúten e maçã ^{3,7}	409	98	2,5	0,8	13,0	4,8	0,1	6,4
Sexta									
Sopa	Creme cenoura com coentros	184	43	1,1	0,1	6,1	1,4	0,3	2,0
Prato	Pá de porco assada com alecrim e tomilho com arroz	1035	245	4,2	1,0	38,9	12,4	0,2	0,1
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	Leite e bola de mistura com queijo sem glúten ^{6,7,10,13}	437	104	3,8	2,1	11,6	5,0	0,3	4,2

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, ¹³Tremoço, 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:

9001 (CN 1987/CEP-574) - Col. Pina Manique; Banco de Portugal; Mahle; Ed. Sede GGD; Viseon Portuguesa; Col. Nuno Álvares; Col. N.º 4 Sr.ª da Conceição; Centro de Estudos de Fátima; Hosp. Distrital de Faro; Col. S. João de Brito; Col. Lujo Internacional do Porto; Grohe Portugal; S. D. 2º e 3º do Hospital de Maternidade; Col. Maria Pia; Col. Pinarinho; Hospitais S.C.M. Entrancamento; Celbi - Figueira da Foz; Fina /Dil; Leiver; Vodyfory; Caetano Coatings - Carregado; SOLVAY; C. S. P. Nossa Sr.ª da Anunciada

FUNDAÇÃO CEBI – Intolerantes ao glúten Semana de 10 a 14 de fevereiro de 2025



		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Segunda									
Sopa	Sopa juliana	174	41	0,9	0,1	5,7	1,6	0,3	1,5
Prato	Arroz de peixe (escamudo) com coentros ⁴	869	206	2,6	0,4	36,0	8,8	0,2	0,5
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{6,7,10,13}	426	102	4,2	1,5	12,0	3,3	0,3	4,4
Terça									
Sopa	Sopa cenoura com grão ¹⁵	220	52	1,1	0,1	7,1	2,3	0,4	2,0
Prato	Perna de frango corada com molho de limão e massa sem glúten ^{6,13}	1287	292	4,9	1,1	50,9	9,4	0,3	0,4
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	logurte e bola de mistura com fiambre de peru sem glúten ^{6,7,10,13}	444	105	2,3	0,8	15,1	3,6	0,6	4,2
Quarta									
Sopa	Creme brócolos	204	47	1,1	0,1	6,8	1,8	0,4	1,8
Prato	Lombinhos de escamudo no forno com molho de limão, com batata cozida e feijão verde ⁴	282	67	1,5	0,2	8,0	4,6	0,3	1,3
Sobremesa	Gelatina sem glúten ¹² /fruta	12	3	0,0	0,0	0,0	0,7	0,0	0,0
Lanche	Sumo (sem adição de açúcar) e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{6,10,13}	400	95	2,9	0,7	15,2	1,2	0,2	7,5
Quinta									
Sopa	Sopa feijão-verde	200	48	1,1	0,1	6,6	1,9	0,4	1,9
Prato	Peru estufado com alecrim com arroz e cenoura assada	753	178	2,9	0,8	30,0	7,2	0,2	1,2
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	logurte com «corn flakes» ^{6,7,8,11}	610	144	1,5	0,8	26,7	5,0	0,6	3,7
Sexta									
Sopa	Sopa de curgete com cenoura	200	48	1,1	0,1	6,6	1,9	0,4	1,9
Prato	Badejo grelhado com batata cozida e macedónia ^{4,15}	375	89	1,9	0,2	9,7	7,0	0,2	1,2
Sobremesa	Gelatina sem glúten ¹² /fruta	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	Leite e bola de mistura com queijo sem glúten ^{6,7,10,13}	610	144	1,5	0,8	26,7	5,0	0,6	3,7

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, ¹³Tremoço, 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 (N.º 1987/CEP-574) - Col. Pina Manique; Banco de Portugal; Mahle; Ed. Sede GGD; Viseum Portuguesa; Col. Nuno Álvares; Col. N.º 5; A da Conceição; Centro de Estudos de Fátima; Hosp. Distrital de Faro; Col. S. João de Brito; Col. Lujo Internacional do Porto; Grohe Portugal; S. D. 2º e 3º do Bartolomeu Neresense; Col. Maria Pia; Col. Pinarinho; Hospital S.C.M. Entrancamento; Cebri - Figueira da Foz; Fina /Dil; Leiver; Vodyfere; Caetano Coatings - Carregado; SOLVAY; C. S. P. Nossa Sra da Anunciada

FUNDAÇÃO CEBI – Intolerantes ao glúten Semana de 17 a 21 de fevereiro de 2025



		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Segunda									
Sopa	Creme ervilhas ¹⁵	217	51	1,0	0,1	6,8	2,5	0,2	2,0
Prato	Bife de frango grelhado com esparguete sem glúten ^{6,13}	1063	252	3,8	0,8	40,6	9,8	0,2	0,3
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{6,7,10,13}	426	102	4,2	1,5	12,0	3,3	0,3	4,4
Terça									
Sopa	Sopa couve-flor	214	50	1,3	0,1	7,3	1,6	0,2	1,6
Prato	Corvina grelhada com batata cozida e mecedónia ^{4,15}	378	89	2,1	0,3	10,1	6,7	0,1	1,3
Sobremesa	Arroz-doce sem glúten ⁷ /fruta	555	131	0,2	0,0	27,7	1,6	0,0	5,2
Lanche	logurte e bola de mistura com fiambre de peru sem glúten ^{6,7,10,13}	444	105	2,3	0,8	15,1	3,6	0,6	4,2
Quarta									
Sopa	Sopa abóbora com espinafres	190	45	1,2	0,1	6,0	1,7	0,4	1,6
Prato	Arroz de aves	987	233	2,7	0,5	38,4	13,0	0,2	0,1
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	Sumo (sem adição de açúcar) e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{6,10,13}	400	95	2,9	0,7	15,2	1,2	0,2	7,5
Quinta									
Sopa	Creme alho francês	204	48	1,1	0,1	6,8	1,7	0,3	2,1
Prato	Abrótea no forno com batata corada e feijão verde ⁴	303	71	0,9	0,1	9,1	6,0	0,4	1,3
Sobremesa	Gelatina sem glúten/fruta ¹²	12	3	0,0	0,0	0,0	0,7	0,0	0,0
Lanche	logurte, panqueca sem glúten e maçã ^{3,7}	409	98	2,5	0,8	13,0	4,8	0,1	6,4
Sexta									
Sopa	Sopa cenoura	150	36	0,6	0,0	5,4	1,3	0,2	2,3
Prato	Frango ao natural com massa sem glúten e couve de bruxelas ^{6,13}	902	213	3,2	0,5	37,7	7,9	0,1	0,9
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	Leite e bola de mistura com queijo sem glúten ^{6,7,10,13}	437	104	3,8	2,1	11,6	5,0	0,3	4,2

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, ¹³Tremoço, 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:

9001 (C.º Nº 1597/CEP-574) - Cal. Pina Manique; Banco de Portugal; Mahle; Ed. Sede CSD; Vizinhança Portuguesa; Col. Nuno Álvares; Col. N.º 21 - P.º da Conceição; Centro de Estudos de História; Hosp. Distrital de Faro; Col. S. João de Brito; Col. Luiza International do Porto; Grube Portugal; E. B. 2º e 3º ciclo Bartolomeu Perestrelo; Col. Maria Pia; Col. Planalto; Hospital. S.C.M. Entroncamento; Celbi - Figueira da Foz; Fima /Ola; Lever; Vodafone; Castelo Coatings - Carregado; SOLVAY; C. S. P. Nossa Sª da Anunciada



FUNDAÇÃO CEBI – Intolerantes ao glúten Semana de 24 a 28 de fevereiro de 2025

Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa cenoura com couve	193	46	1,2	0,1	6,5	1,5	0,4	2,1
Prato	Badejo grelhado com batata e feijão verde cozidos ⁴	378	89	2,6	0,5	10,1	5,8	0,2	1,4
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	Leite e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{6,7,10,13}	426	102	4,2	1,5	12,0	3,3	0,3	4,4

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Creme de brócolos	192	45	1,1	0,1	6,6	1,7	0,3	2,2
Prato	Feijoada ¹⁵	701	167	4,1	0,9	18,3	12,2	0,3	1,1
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	logurte e bola de mistura com fiambre de peru sem glúten ^{6,7,10,13}	444	105	2,3	0,8	15,1	3,6	0,6	4,2

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa minestrone	171	40	0,9	0,1	5,9	1,4	0,3	2,1
Prato	Carapau grelhado com batata cozida e brócolos cozidos ⁴	407	96	2,5	0,5	9,4	8,7	0,2	0,7
Sobremesa	Gelatina sem glúten ¹² /fruta	12	3	0,0	0,0	0,0	0,7	0,0	0,0
Lanche	Sumo (sem adição de açúcar) e bola de mistura com creme vegetal sem glúten ^{6,10,13}	400	95	2,9	0,7	15,2	1,2	0,2	7,5

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa de feijão verde	200	48	1,1	0,1	6,6	1,9	0,4	1,9
Prato	Bife de frango grelhado com esparguete sem glúten e couve-flor cozida ^{6,13}	1122	266	6,8	1,5	41,6	5,7	0,1	0,6
Sobremesa	Frutas	262	62	0,5	0,1	13,1	0,2	0,0	13,1
Lanche	logurte com «corn flakes» ^{6,7,8,11}	610	144	1,5	0,8	26,7	5,0	0,6	3,7

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sopa	Sopa de cenoura com curgete	192	46	1,0	0,1	6,3	1,9	0,2	1,1
Prato	Red fish no forno com batata corada e ervilhas ^{4,15}	383	91	1,8	0,3	9,8	7,2	0,1	1,0
Sobremesa	Gelatina sem glúten ¹² /fruta	12	3	0,0	0,0	0,0	0,7	0,0	0,0
Lanche	Leite e bola de mistura com queijo sem glúten ^{6,7,10,13}	437	104	3,8	2,1	11,6	5,0	0,3	4,2

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, ¹³Tremoço, 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:

9001 (C.º Nº 199/CEP-574) - Cal. Pina Manique; Banco de Portugal; Mahle; Ed. Sede CGD; Vizinhança Portuguesa; Col. Nuno Álvares; Col. N.º 21 - P.º da Conselheiro; Centro de Estudos de Física; Hosp. Distrital de Faro; Col. S. João de Brito; Col. Luiza Intercontinental do Porto; Grande Portugal; E. B. 2º e 3º ciclo Bartolomeu Perestelo; Col. Maria Pia; Col. Planalto; Hospital. S.C.M. Entroncamento; Calib. - Figueira da Foz; Fima /Ola; Lever; Vodafone; Castano Coatings - Carregado; SOLVAY; C. S. P. Nossa Sª da Anunciada