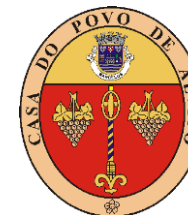


EMENTA SAD e Cantina Social

Semana: 8 a 14 de Janeiro de 2018



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Sopa	Sopa: Sopa de couve coração e feijão vermelho	Sopa: sopa de legumes	Sopa: Sopa de feijão-verde	Sopa: sopa de couve portuguesa	Sopa: Sopa de grão e cenoura	Sopa: Sopa de legumes	Sopa: creme de legumes
Prato Geral	Prato principal: Bacalhau à Gomes de Sá com feijão-verde	Prato principal: Esparguete à bolonhesa com cenoura raspada salteada com ervilhas	Prato principal: Petinga com arroz malandro de feijão	Prato principal: Coxinhas de frango estufadas com jardineira de legumes (ervilha, cenoura feijão verde) e arroz seco	Prato principal: Filete de pescada no forno com salada russa (batata, cenoura, ervilha, feijão verde)	Prato principal: Feijoada à portuguesa	Prato principal: Rojões com batata assada e salada de alface
Prato Dieta	Prato dieta: Igual	Prato dieta: Carne de vaca cozida com esparguete cozida, cenoura raspada salteada com ervilhas	Prato dieta: Peixe cozido com arroz malandro de feijão	Prato dieta: Coxinhas de frango cozidas com arroz seco e salada de alface	Prato dieta: Filete de pescada cozido com salada russa (batata, cenoura, ervilha, feijão verde)	Prato dieta: Carne de vaca cozida com feijão cozido e arroz branco	Prato dieta: Rojões cozidos com arroz e salada de alface
Sobremesa	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Doce ^{1,3,7}
Alterações (especificar/data/rubrica)							

Mod.036.01

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos e Moluscos, 3-Ovo, 4-Peixe, 5-Amendoim e frutos de casca rija, 6-Soja, 7-Leite, 8-Aipo, 9-Mostarda, 10-Dióxido de enxofre e sulfitos e 11-Tremoço.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

