



EMENTA SAD e Cantina Social

Semana: 29 de Janeiro a 4 de Fevereiro de 2018

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Sopa	Sopa: Sopa de alho francês	Sopa: Creme de cenoura	Sopa: Sopa de legumes com feijão	Sopa: Sopa de couve portuguesa e feijão branco	Sopa: Sopa de grão e cenoura	Sopa: Sopa de legumes	Sopa: Creme de cenoura
Prato Geral	Prato principal: Carne de vaca à jardineira (batata, cenoura, ervilha, feijão verde)	Prato principal: Filete de pescada com arroz e juliana de legumes	Prato principal: Bifinhos de frango grelhados com massa espiral e salada de cenoura	Prato principal: Salada de atum com delícias do mar, batata e ovo	Prato principal: Pá de porco assada com arroz e juliana de legumes	Prato principal: Batata cozida com pescada e hortaliça	Prato principal: Carne de porco à alentejana com salada de alface
Prato Dieta	Prato dieta: Carne de vaca cozida com batata, cenoura, ervilha e feijão-verde)	Prato dieta: Filete de pescada cozido com arroz de cenoura e juliana de legumes	Prato dieta: Igual	Prato dieta: Igual	Prato dieta: Pá de porco cozida com arroz de cenoura e juliana de legumes	Prato dieta: Igual	Prato dieta: Carne de porco cozida 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

ém 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.