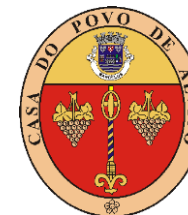


# EMENTA SAD e Cantina Social

Semana: 26 de novembro a 02 de dezembro de 2018



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
<b>Sopa</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de couve coração	<b>Sopa:</b> Sopa à Lavrador	<b>Sopa:</b> Sopa de brócolos	<b>Sopa:</b> Sopa de couve flor	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão branco	<b>Sopa:</b> Caldo verde	<b>Sopa:</b> Sopa de alho francês
<b>Prato Geral</b>	<b>Prato principal:</b> Bolonhesa de atum com ervilha e cenoura <sup>1,4</sup>	<b>Prato principal:</b> Fêveras grelhadas com arroz de feijão e cenoura cozida <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Pescada estufada com batata assada e couve flor <sup>4</sup>	<b>Prato principal:</b> Frango estufado com massa cotovelinhos e feijão verde <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Salada de grão com batata, bacalhau e ovo e cenoura cozida <sup>1,3,4</sup>	<b>Prato principal:</b> Raia estufada com arroz e couve flor <sup>1,4</sup>	<b>Prato principal:</b> Caldeirada de peixe e brócolos <sup>4</sup>
<b>Prato Dieta</b>	<b>Prato dieta:</b> Bolonhesa de atum com ervilha e cenoura <sup>1,4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Fêveras grelhadas com arroz de feijão e cenoura cozida <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Pescada cozida com batata cozida e couve flor <sup>4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Frango estufado com massa cotovelinhos e feijão verde <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Abrótea assada com batata cozida e cenoura cozida <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Raia estufada com arroz e couve flor <sup>1,4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Caldeirada de peixe e brócolos <sup>4</sup>
<b>Sobremesa</b>	<b>Sobremesa:</b> Maçã	<b>Sobremesa:</b> Kiwi	<b>Sobremesa:</b> Banana	<b>Sobremesa:</b> Laranja	<b>Sobremesa:</b> Tangerina	<b>Sobremesa:</b> Pêra	<b>Sobremesa:</b> Maçã
<b>Alterações</b> (especificar/data/rubrica)						<b>FERIADO</b> <b>RESTAURAÇÃO DA</b> <b>INDEPENDÊNCIA</b>	



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.