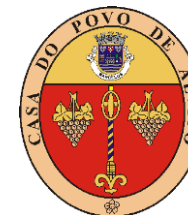


# EMENTA SAD e Cantina Social

Semana: 21 a 27 de janeiro de 2019



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 brócolos <sup>1,4</sup>	<b>Prato principal:</b> Fêveras grelhadas com arroz de feijão branco 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> Abrótea assada com batata cozida, couve coração e molho verde <sup>4</sup>	<b>Prato principal:</b> Cozido simples (carne frango + vaca) e cenoura cozida e repolho	<b>Prato principal:</b> Pá de porco assada com batata assada e couve coração
<b>Prato Dieta</b>	<b>Prato dieta:</b> Bolonhesa de atum com brócolos <sup>1,4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Fêveras cozidas com arroz branco, 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 cozida com batata cozida e couve coração <sup>4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Cozido simples (carne frango + vaca) e cenoura cozida e repolho	<b>Prato dieta:</b> Pá de porco assada com batata assada e couve coração
<b>Sobremesa</b>	<b>Sobremesa:</b> Maçã	<b>Sobremesa:</b> Tangerina	<b>Sobremesa:</b> Banana	<b>Sobremesa:</b> Laranja	<b>Sobremesa:</b> Maçã	<b>Sobremesa:</b> Pêra	<b>Sobremesa:</b> Maçã
<b>Alterações</b> (especificar/data/rubrica)							

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.

