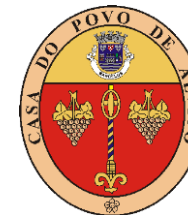


# EMENTA SAD e Cantina Social

Semana: de 04 a 10 de fevereiro 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> Creme de cenoura	<b>Sopa:</b> Sopa de couve-flor	<b>Sopa:</b> Sopa de cenoura e ervilha	<b>Sopa:</b> Sopa de alho francês	<b>Sopa:</b> Caldo verde	<b>Sopa:</b> Sopa de lentilha
<b>Prato Geral</b>	<b>Prato principal:</b> Rancho <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Pescada estufada com batata assada e brócolos <sup>4</sup>	<b>Prato principal:</b> Perninha de frango grelhada com esparguete e cenoura raspada <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Tintureira estufada com salada russa <sup>4,3</sup>	<b>Prato principal:</b> Pá de porco estufada com arroz de cenoura e feijão verde <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Bolinhos de bacalhau com feijão frade e arroz e coração <sup>4</sup>	<b>Prato principal:</b> Carne de porco à Alentejana e salada de alface
<b>Prato Dieta</b>	<b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com macarrão e juliana de legumes <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Pescada cozida com batata cozida e brócolos <sup>4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Perninha de frango cozida com esparguete branco e cenoura raspada <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Tintureira cozida com salada russa <sup>4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Pá de porco estufada com arroz branco e feijão verde <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Red fish cozido com feijão frade e arroz e coração <sup>4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Carne de porco estufada com batata estufada e salada de alface
<b>Sobremesa</b>	<b>Sobremesa:</b> Pêra	<b>Sobremesa:</b> Banana	<b>Sobremesa:</b> Tangerina	<b>Sobremesa:</b> Laranja	<b>Sobremesa:</b> Gelatina	<b>Sobremesa:</b> Kiwi	<b>Sobremesa:</b> Laranja
<b>Alterações (especificar/data/rubrica)</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.