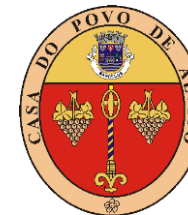


EMENTA SAD e Cantina Social

Semana: 08 a 14 de abril de 2019



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Sopa	Sopa: Sopa de cenoura e ervilha	Sopa: Sopa de feijão verde	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Sopa de feijão branco	Sopa: Sopa de brócolos	Sopa: Sopa de couve flor	Sopa: Sopa à Lavrador
Prato Geral	Prato principal: Bolonhesa de atum com juliana de legumes ^{4,1}	Prato principal: Jardineira com arroz e salada de alface ¹	Prato principal: Petinga com arroz solto de tomate e hortaliça ^{4,1}	Prato principal: Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface ¹	Prato principal: Filete de pescada estufado com arroz primavera e juliana de legumes ^{1,4}	Prato principal: Massa de frango com juliana de legumes ¹	Prato principal: Potas à Bordalesa com pão torrado, arroz e brócolos ²
Prato Dieta	Prato dieta: Massa esparguete cozida com atum e legumes cozidos ^{4,1}	Prato dieta: Jardineira com arroz branco e salada de alface ¹	Prato dieta: Abrótea cozida com arroz branco e hortaliça cozida ^{4,1}	Prato dieta: Bife de frango cozido com esparguete branco e salada de alface ¹	Prato dieta: Filete de pescada cozido com arroz branco e juliana de legumes ^{4,1}	Prato dieta: Perna de frango com macarrão e juliana de legumes ¹	Prato dieta: Tintureira cozida com arroz e brócolos ⁴
Sobremesa	Sobremesa: Pêra	Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Laranja	Sobremesa: Banana	Sobremesa: Tangerina	Sobremesa: Laranja	Sobremesa: Pêra
Alterações (especificar/data/rubrica)					QUARESMA (Jejum)		



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.