

EMENTA SAD e Cantina Social

Semana: 20 a 24 de maio de 2019



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Sopa	Sopa: Creme de cenoura	Sopa: Sopa de brócolos	Sopa: Sopa de lentilhas	Sopa: Sopa de couve coração	Sopa: Alho francês	Sopa: Sopa de cenoura e ervilha	Sopa: Creme de legumes
Prato Geral	Prato principal: Massa à lavrador com hortaliça ^{1,3}	Prato principal: Pescada assada com batata assada e brócolos ⁴	Prato principal: Arroz de aves e salada de alface ¹	Prato principal: Bacalhau à Brás com Couve coração ^{1,3,4}	Prato principal: Costeletas estufadas com arroz solto de feijão e juliana de legumes	Prato principal: Empadão de pescada e legumes ^{1,3,4,7}	Prato principal: Rojões à Portuguesa
Prato Dieta	Prato dieta: Carne de vaca cozida com macarrão cozido e hortaliça ^{1,3}	Prato dieta: Pescada cozida com batata cozida e brócolos ⁴	Prato principal: Arroz de aves cozido e salada de alface ¹	Prato dieta: Abrótea cozida com batata cozida e couve coração ^{1,3,4}	Prato principal: Costeletas cozidas com arroz branco e juliana de legumes	Prato dieta: Empadão de pescada e legumes ^{1,3,4,7}	Prato dieta: Rojões estufados com batata cozida
Sobremesa	Sobremesa: Kiwi	Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Pêra	Sobremesa: Tangerina	Sobremesa: Laranja	Sobremesa: Kiwi	Sobremesa: Tangerina
Alterações (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.