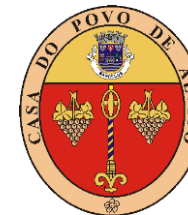


EMENTA SAD e Cantina Social

Semana: 10 a 16 de junho 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: Frango assado grelhado com batata assada e salada de alface ^{1,3}	Prato principal: Costeletas estufadas com espirais e salada de alface ¹	Prato principal: Petinga com arroz solto de tomate e hortaliça ^{1,4}	Prato principal: Salada russa (batata, grão, cenoura, ervilhas, atum) e salada de tomate ⁴	Prato principal: Ovos mexidos no forno com fiambre, arroz e juliana de legumes ^{3,3}	Prato principal: Massa de frango com juliana de legumes ^{1,3}	Prato principal: Rojões à Portuguesa e arroz e salada de alface
Prato Dieta	Prato dieta: Frango cozido com batata cozida e salada de alface ^{1,3}	Prato dieta: Costeletas cozidas com espirais cozidas e salada de alface ¹	Prato dieta: Abrótea cozida com arroz branco e hortaliça cozida ^{1,4}	Prato dieta: Salada russa (batata, grão, cenoura, ervilhas, atum) ⁴	Prato dieta: Peixe cozido com ovo cozido, batata cozida e juliana de legumes ^{4,3}	Prato dieta: Perna de frango com macarrão e juliana de legumes ^{1,3}	Prato dieta: Carne de porco cozida com arroz e salada de alface
Sobremesa	Sobremesa: Pêra	Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Laranja	Sobremesa: Banana	Sobremesa: Tangerina	Sobremesa: Laranja	Sobremesa: Pêra
Alterações (especificar/data/rubrica)	FERIADO						



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.