EMENTA SAD e Cantina Social

Semana: 8 a 14 novembro de 2021

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Sopa	**Sopa:** Sopa de Couve flor	**Sopa:** Sopa de repolho	**Sopa:** Sopa de couve coração e feijão vermelho	**Sopa:** Caldo verde	**Sopa:** Sopa de espinafres com grão de bico	**Sopa:** Sopa de lentilhas	**Sopa:** Caldo Verde
Prato Geral	**Prato principal:** Massa à Lavrador com juliana de legumes [1,3,12]	**Prato principal:** Arroz de atum e repolho com salada mista [1,3,4,5,6,7,12]	**Prato principal:** Jardineira de carne de vaca com macedónia de legumes [12]	**Prato principal:** Salada de migas de paloco com grão de bico e arroz e brócolos cozidos [4]	**Prato principal:** Bife de frango grelhado com salada de quinoa e tomate e cenoura [1,3,5,6,8,9,12]	**Prato principal:** Bolinhos de bacalhau com arroz de tomate e salada mista [3,4,5,7]	**Prato principal:** Rojões com pickles e batata assada e salada mista [1,4,5,6,7,12,14]
Prato Dieta	**Prato dieta:** Carne de vaca estufada simples com macarrão e salada de tomate [1,3,12]	**Prato dieta:** Arroz de atum e repolho com salada mista [1,3,4,5,6,12]	**Prato dieta:** Costeleta grelhada com batata cozida e macedónia[12]	**Prato dieta:** Salada de migas de paloco com grão de bico e arroz e brócolos cozidos [4]	**Prato dieta:** Bife de frango grelhado com salada de quinoa e tomate e cenoura [1,3,5,6,8,9,12]	**Prato dieta:** Pescada grelhada com arroz de tomate e salada mista [3,4,5,]	**Prato dieta:** Carne de porco estufada simples com pickles e batata assada e salada mista [1,4,5,6,7,12,14]
Sobremesa	**Sobremesa:** Tangerina	**Sobremesa:** Banana	**Sobremesa:** Maçã	**Sobremesa:** Kiwi	**Sobremesa:** Pera	**Sobremesa:** Laranja	**Sobremesa:** Leite creme [1,3,7]
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.

Casa do Povo de Alvito- Rua da Aldeia, n.º 229 – Alvito S. Pedro 4750-084 BCL • Tel.: 253 880 639 • Fax: 253 881 103