



## EMENTA (GERAL\_CANTINA SOCIAL)

Semana: 18 a 24 de julho de 2022

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
<b>Sopa</b>	Sopa: Sopa de couve flor	Sopa: Sopa de repolho	Sopa: Sopa de couve coração e feijão vermelho	Sopa: Sopa de legumes	Sopa: Sopa de espinafres e grão	Sopa: Sopa de lentilhas	Sopa: Caldo verde
<b>Prato Geral</b>	Prato principal: Esparguete à bolonhesa, salada <sup>1</sup>	Prato principal: Arroz de atum, juliana de legumes	Prato principal: Costeletas de porco estufadas, batatas estufadas e legumes <sup>1</sup>	Prato principal: Lombrinhos de pescada assados com arroz de legumes <sup>1,4</sup>	Prato principal: Bife de frango grelhado, massa espirais, salada <sup>1</sup>	Prato principal: Filete de pescada com salada russa	Prato principal: Rojões, batata assada e salada
<b>Prato Dieta</b>	Prato dieta: Carne de vaca, esparguete cozida, salada <sup>1</sup>	Prato dieta: Igual	Prato dieta: Costeletas cozidas e batata cozida, legumes <sup>1</sup>	Prato dieta: Peixe, batata cozida e legumes <sup>4</sup>	Prato dieta: Bife de frango e massa espiral cozida, salada <sup>1</sup>	Prato dieta: Igual	Prato dieta: Rojões, batata cozida e salada
<b>Sobremesa</b>	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época
<b>Alterações</b> (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

