



## EMENTA (GERAL\_CANTINA SOCIAL)

Semana: 12 a 18 de setembro de 2022

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
<b>Sopa</b>	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Sopa de lombarda	Sopa: Sopa de brócolos	Sopa: Caldo verde	Sopa: Sopa de lentilhas	Sopa: Creme de cenoura	Sopa: Caldo verde
<b>Prato Geral</b>	Prato principal: Esparguete à bolonhesa <sup>1</sup>	Prato principal: Filete de pescada no forno, arroz e salada <sup>1,4</sup>	Prato principal: Pá de porco estufada com arroz e salada <sup>1,4</sup>	Prato principal: Abrótea assada com batata cozida e brócolos <sup>4</sup>	Prato principal: Bife de frango grelhado com arroz e salada <sup>1</sup>	Prato principal: Costeletas estufadas com batata cozida e feijão verde	Prato principal: Frango assado, batata assada, salada
<b>Prato Dieta</b>	Prato dieta: Carne de vaca cozida, massa e legumes	Prato dieta: Filete de pescada cozido, arroz branco e salada <sup>1,4</sup>	Prato dieta: Pá de porco cozida, arroz branco e salada <sup>1</sup>	Prato dieta: Abrótea cozida com batata e brócolos <sup>4</sup>	Prato dieta: Bife de frango cozido, arroz e salada <sup>1</sup>	Prato dieta: Costeletas grelhadas com batata cozida e feijão verde <sup>4</sup>	Prato dieta: Frango e batata cozida, 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.

