



## EMENTA (GERAL\_CANTINA SOCIAL)

Semana: 19 a 25 de setembro de 2022

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
<b>Sopa</b>	Sopa: Sopa de feijão verde	Sopa: Sopa de alho francês	Sopa: Sopa de couve coração e feijão vermelho	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Sopa grão e cenoura	Sopa: Creme de cenoura	Sopa: Caldo verde
<b>Prato Geral</b>	Prato principal: Jardineira	Prato principal: Arroz de atum e juliana de legumes <sup>1,4</sup>	Prato principal: Frango assado com massa e ervilhas <sup>1</sup>	Prato principal: Petinga com arroz de feijão e hortaliça <sup>1,4</sup>	Prato principal: Costeletas estufadas com batata cozida e feijão verde	Prato principal: Bolinhos de bacalhau com feijão frade e arroz <sup>3,4</sup>	Prato principal: Rojões, batata assada e salada
<b>Prato Dieta</b>	Prato dieta: Carne de vaca cozida, batata e macedónia	Prato dieta: Atum ao natural, arroz e legumes <sup>1,4</sup>	Prato dieta: Frango cozido com massa e ervilhas <sup>1</sup>	Prato dieta: Abrótea cozida, batata cozida e feijão verde	Prato dieta: Costeletas grelhadas co batata cozida e feijão verde	Prato dieta: Peixe cozido com batata e coração l	Prato dieta: Carne de porco cozida, 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.

