



EMENTA (CANTINA SOCIAL)

Semana: 13 a 19 de fevereiro de 2023

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Sopa	Sopa de couve-flor e feijão-branco	Sopa de brócolos	Sopa de couve coração e feijão-vermelho	Creme de legumes	Sopa de alho-francês	Creme de cenoura	Caldo verde
Prato Geral	Rancho (massa riscada), e couve-lombarda cozida ¹	Pescada grelhada com arroz de tomate, e salada de alface e cenoura ⁴	Bifanas com batata e feijão-verde cozidos	Raia assada com arroz de cenoura, e juliana de legumes ⁴	Coxa de frango assada com massa espiral, e macedónia de legumes ¹	Peixe-vermelho assado com batata assada, e couve-coração cozida ⁴	Rojões com arroz de branco, e salada de alface e cenoura
Prato Dieta	Carne de porco cozida com massa riscada, e couve-lombarda cozida ¹	Pescada grelhada com arroz branco, e brócolos cozidos ⁴	Fêveras grelhadas com batata e feijão-verde cozidos	Filete de pescada estufado ao natural com arroz branco, e juliana de legumes ⁴	Coxa de frango cozida com massa espiral, e cenoura cozida ¹	Peixe-vermelho cozido com batata e couve-coração cozidas ⁴	Carne de porco cozida com arroz branco, e couve-lombarda cozida
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
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, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos

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

