

## EMENTA (GERAL\_CANTINA SOCIAL)

Semana: 15 a 21 de janeiro de 2024



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
<b>Sopa</b>	Sopa de couve coração	Sopa de feijão branco	Sopa de abóbora	Sopa de cenoura	Sopa de curgete	Creme de cenoura e abóbora	Caldo verde
<b>Prato Geral</b>	Arroz de carnes com macedónia legumes <sup>12</sup>	Pescada cozida com batata cozida, feijão verde e cenoura cozidos <sup>4</sup>	Pá de porco estufada com arroz e salada alface <sup>1</sup>	Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e coração	Coxa de frango estufada, esparguete e ervilhas <sup>1</sup>	Bacalhau à Gomes de Sá e feijão verde	Rojões à minhota com batata assada, arroz e salada de alface
<b>Prato Dieta</b>	Carne vaca/porco estufada ao natural, arroz branco, macedónia legumes	Pescada cozida com batata cozida, feijão verde e cenoura cozidos <sup>4</sup>	Pá de porco estufada ao natural com arroz e salada alface	Lombinhos de pescada estufados ao natural com arroz de cenoura e coração	Coxa de frango cozida, esparguete branco e ervilhas	Bacalhau à Gomes de Sá e feijão verde	Carne de porco cozida com arroz branco e salada de alface
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
<b>Alterações (especificar/data/rubrica)</b>							

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 rijá, 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.