



## EMENTA (GERAL\_CANTINA SOCIAL)

Semana: 25 a 31 de março de 2024

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Sopa	Sopa de couve coração	Sopa de feijão branco	Sopa de abóbora	Sopa de cenoura	Sopa de curgete	Creme de cenoura e abóbora	Caldo verde
Prato Geral	Filetes no forno com salada russa (legumes, batata) <sup>4</sup>	Arroz de carnes com macedónia legumes <sup>1</sup>	Petinga com arroz de feijão e coração <sup>1,4</sup>	Coxa de frango assada com massa espirais e salada de alface <sup>1</sup>	Bacalhau à Gomes de Sá com feijão verde salteado <sup>4</sup>	Massa à lavrador <sup>1</sup>	Arroz pica-no-chão <sup>1</sup>
Prato Dieta	Medalhões de pescada assados ao natural com salada russa <sup>4</sup>	Carne vaca estufada ao natural, arroz branco, macedónia legumes <sup>1</sup>	Sardinha assada com batata cozida e coração <sup>4</sup>	Coxa de frango cozida, massa cozida e salada de alface <sup>1</sup>	Bacalhau à Gomes de Sá com feijão verde salteado <sup>4</sup>	Massa à lavrador <sup>1</sup>	Frango estufado ao natural com arroz de cenoura
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.