

EMENTA (GERAL_CANTINA SOCIAL)



Semana: 4 a 10 de março de 2024

| Almoço | 2ª Feira | 3ª Feira | 4ª Feira | 5ª Feira | 6ª Feira | Sábado | Domingo |
|--|--|--|--|---|--|--|--|
| Sopa | Sopa de alho francês | Sopa de cenoura | Sopa de lentilhas | Sopa de grão | Sopa de couve lombarda | Creme de cenoura e abóbora | Caldo verde |
| Prato Geral | Arroz de atum com Juliana de legumes ^{1,4} | Rancho (Massa, carne de vaca e porco, cenoura e grão) ¹ | Pescada assada com batata cozida e macedónia de legumes ⁴ | Bife de frango grelhado com massa esparguete e salada de alface ¹ | Pataniscas de bacalhau co arroz de feijão e coração ^{1,3,4} | Costeletas estufadas com batata cozida, feijão verde e cenoura | Frango assado com batata assada e salada de alface |
| Prato Dieta | Lombinhos de pescada assados ao natural com arroz de cenoura e juliana de legumes ^{1,4} | Carne de vaca estufada ao natural com massa, cenoura e grão ¹ | Igual | Bife de frango grelhado com esparguete cozida e salada de alface ¹ | Red-fish assado ao natural com arroz branco e coração ^{1,4} | Costeletas grelhadas com batata cozida, feijão verde e cenoura | Frango assado ao natural com arroz branco e salada de alface |
| 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.