



EMENTA (GERAL_CANTINA SOCIAL)

Semana: 1 a 7 de julho de 2024

| Almoço | 2ª Feira | 3ª Feira | 4ª Feira | 5ª Feira | 6ª Feira | Sábado | Domingo |
|--|--|--|---|---|--|---|--|
| Sopa | Sopa de alho francês | Sopa de abóbora | Creme de cenoura | Sopa de feijão verde | Sopa de feijão vermelho | Creme de cenoura e abóbora | Caldo verde |
| Prato Geral | Massa à lavrador | Filetes de pescada no forno com arroz de cenoura e salada mista | Bife de frango grelhado com massa espirais e juliana de legumes | Tentáculos de pota com batata cozida, grão, ovo e molho verde | Ovos mexidos no forno com arroz, salada de alface ^{1,3} | Bolinhos de bacalhau, salada de feijão frade e arroz | Frango assado com batata assada e salada de alface |
| Prato Dieta | Carne de vaca estufada ao natural com massa, coração e cenoura | Lombinhos de pescada cozidos com arroz de cenoura e salada mista | Bife de frango grelhado com massa branca e juliana de legumes | Tentáculos de pota com batata cozida, grão, ovo e molho verde | Ovo cozido com arroz branco, salada de alface | Pescada cozida, arroz branco e salada de feijão frade | Frango assado ao natural com arroz de cenoura 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.