



EMENTA (GERAL_CANTINA SOCIAL)

Semana: 3 a 9 de junho de 2024

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Sopa	Sopa de feijão verde	Sopa de couve flor	Sopa de grão	Sopa de couve lombarda	Sopa de feijão vermelho	Creme de cenoura e abóbora	Caldo verde
Prato Geral	Massa à lavrador com coração e cenoura ¹	Bolinhos de bacalhau com salada de feijão frade e arroz ^{1,3,4}	Frango assado com batata assada, arroz e salada mista ¹	Bolonhesa de atum ^{1,4}	Ovos mexidos no forno com arroz de cenoura e salada mista ^{1,3}	Bacalhau à Gomes de Sá com legumes salteados ⁴	Rojões com batata assada e salada de alface
Prato Dieta	Carne de vaca estufada ao natural com massa cozida, cenoura e coração ¹	Bacalhau cozido com arroz branco e salada de feijão frade ^{1,4}	Frango assado ao natural com arroz branco e salada mista ¹	Raia assada com batata assada e brócolos ⁴	Ovos mexidos no forno com arroz de cenoura e salada mista ^{1,3}	Bacalhau à Gomes de Sá com legumes salteados ⁴	Carne de porco estufada ao natural com batata cozida 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.