

# EMENTA (GERAL\_CANTINA SOCIAL)

Semana: 2 a 8 de setembro de 2024



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
<b>Sopa</b>	Sopa de alho francês	Sopa de cenoura	Sopa de couve lombarda	Sopa de grão	Sopa de feijão verde	Creme de cenoura e abóbora	Caldo verde
<b>Prato Geral</b>	Bolinhos de bacalhau com salada de feijão frade e arroz <sup>1,3,4</sup>	Rancho <sup>1</sup>	Pescada à Gomes de Sá com brócolos cozidos <sup>4</sup>	Frango estufado com massa espirais e ervilhas <sup>1</sup>	Filetes de pescada com arroz de cenoura e salada mista <sup>1,4</sup>	Costeletas estufadas com batata cozida e feijão verde	Frango assado com batata assada e salada de alface
<b>Prato Dieta</b>	Bacalhau cozido com salada de feijão frade e arroz <sup>1,4</sup>	Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração <sup>1</sup>	Pescada à Gomes de Sá com brócolos cozidos <sup>4</sup>	Frango estufado ao natural com massa branca e ervilhas <sup>1</sup>	Peixe cozido com arroz e salada mista <sup>1,4</sup>	Costeletas estufadas ao natural com batata cozida e brócolos	Frango assado ao natural 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 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.