

DIA		EMENTA	ALERGÉNIOS	Kcal
2ª Feira	Sopa	Creme de hortalíça		91
	Prato	<b>Figurinhas de pescada</b> no forno, c/ arroz de brocolos	Peixe, Glúten	622
	Vegetariano	Estufadinho de feijão, batata, couve lombarda, cenoura		373
	Sobremesa	Fruta da época		75
3ª Feira	Sopa	Creme de legumes		119
	Prato	<b>Empadão de carne (puré)</b> e salada mista	soja, sulfitos	496
	Vegetariano	<b>Empadão de soja (puré)</b> e salada mista	soja, sulfitos	370
	Sobremesa	<b>Iogurte</b> Aromas/ ou fruta da época	Leite	75/89
4ª Feira	Sopa	Juliana		90
	Prato	<b>Pastéis de bacalhau c/arroz de tomate e salada</b>	Peixe, crustaceos, ovo	465
	Vegetariano	<b>Arroz de tomate c/ feijão verde salteado e salada</b>		459
	Sobremesa	<b>Gelado</b> /ou fruta da época	Leite	296/75
5ª Feira	Sopa	Abobora c/ <b>massinhas</b>	Glúten	95
	Prato	Peito de frango estufado c/batata, ervilha, cenoura		315
	Vegetariano	<b>Massa tagliatelle</b> estufada com ervilhas, cenoura, milho e courgette)	Glúten	276
	Sobremesa	Fruta da época		75
6ª Feira	Sopa	Vegetais	aipo	120
	Prato	Badejo no forno c/ batata corada e feijão verde salteado	peixe	397
	Vegetariano	Batata corada c/bróculos e f, verde saltado e salada		266
	Sobremesa	Fruta da época		75

**Nota:** A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: <sup>1</sup>Cereais que contém glúten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixe, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rijia, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoços, <sup>14</sup>Moluscos. **Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**