

DIA		EMENTA	ALERGÉNIOS	Kcal
2ª Feira	Sopa	Nabiças		96
	Prato	Hambúguer mistos c/ arroz de ervilhas e cenoura ralada	Glúten, Soja, Sulfitos	492
	Vegetariano	Chilli Vegetariano	soja	563
	Sobremesa	Fruta da época		75
3ª Feira	Sopa	Creme de cenoura e espinafres		86
	Prato	Ovo mexido c/cogumelos,fiambre arroz branco e salada	ovo, sulfitos	538
	Vegetariano	Ovo mexido c/cogumelos arroz branco e salada	ovo, sulfitos	479
	Sobremesa	Iogurte de aromas /ou fruta da época	leite	89/75
4ª Feira	Sopa	Creme de ervilhas		85
	Prato	Saladinha de bacalhau c/grão,batata,cenoura	peixe	368
	Vegetariano	Saladinha grão,batata,cenoura,bróculos		505
	Sobremesa	Fruta da época		62
5ª Feira	Sopa	Alho Françês		94
	Prato	Ranchinho (porco,feijão,lombardo e macarronete)	Glúten	516
	Vegetariano	Ranchinho (feijão,lombardo,cenoura e macarronete)	Glúten	330
	Sobremesa	Fruta da época		75
6ª Feira	Sopa	Creme de legumes		120
	Prato	Rissois de pescada c/ arroz de cenoura e salada	Glúten, crustaceo, ovo, peixe	554
	Vegetariano	Rissois de espinafres c/ arroz de cenoura e salada	Gluten, ovo, soja	607
	Sobremesa	Gelatina	sulfitos	89

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