

DIA		EMENTA	ALERGÉNIOS	Kcal
2ª Feira	Sopa	Creme de curgete		98
	Prato	Rolo de carne c/molho de tomate,esparguete salada	Soja, Glúten, Sulfitos	532
	Vegetariano	Rolo de soja c/molho de tomate,esparguete e salada	soja, gluten	548
	Sobremesa	Fruta da época		75
3ª Feira	Sopa	Creme de cenoura e hortelã		82
	Prato	Paloco gratinado c/natas/molho branco e salada	Peixe, Leite, Glúten	498
	Vegetariano	Alho fracês gratinado c/natas/molho branco e salada	Glúten, leite	403
	Sobremesa	Gelatina	Sulfitos	89
4ª Feira	Sopa	Espinafres		86
	Prato	Arroz de carne (porco, frango) e cenoura ralada		476
	Vegetariano	Arroz de ervilhas, cogumelos e brócolos	Sulfitos	357
	Sobremesa	Fruta da época		75
5ª Feira	Sopa	Primavera		80
	Prato	Saladinha de cavala (conserva)c/ batata, cenoura e ervilha	Peixe	435
	Vegetariano	Soja estufada c/ ervilhas, cenoura,f, verde e salada	soja	416
	Sobremesa	Fruta da época		75
6ª Feira	Sopa	Creme de legume		120
	Prato	Almondegas estufadas c/ esparguete e salada	Glúten, sulfitos, Soja	508
	Vegetariano	Estufado de cogumelos e legumes c/ esparguete e salada	Glúten	421
	Sobremesa	Iogurte Aromas	Leite	89

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixe, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rijã, 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.**