

EMENTA SEMANAL

semana de 20 a 24 de novembro

Declaração nutricional 100g

Alergénios VE
Kcal

Segunda-feira	Sopa	Ervilha	glúten, lactose, ovo, sulfitos	48
	Prato Principal	Bolonhesa de vitela	Glutén, soja, mostarda	238
	Prato Vegetariano	Bolonhesa de feijão preto com cogumelos	Glutén, soja, mostarda, sulfitos	222
	Salada / Legumes Sobremesa	Cenoura ripada e pepino		
Terça-Feira	Sopa	Juliana de legumes	glúten, lactose, ovo, sulfitos	31
	Prato Principal	Paloco à Gomes de Sá		160
	Prato Vegetariano	Salada de batata e grão de bico	Glutén, sulfitos, mostarda	217
	Salada / Legumes Sobremesa	Feijão verde Fruta da época		
Quarta-feira	Sopa	Caldo verde	glúten, lactose, ovo, sulfitos	43
	Prato Principal	Febras estufadas com molho de tomate e arroz de legumes	Glutén, sulfitos, mostarda	385
	Prato Vegetariano	Salada de feijão frade, ervilha e cenoura com arroz de legumes	Glutén, sulfitos, mostarda	194
	Salada / Legumes Sobremesa	Alface e pepino Gelatina		
Quinta-feira	Sopa	Creme de alho francês	glúten, lactose, ovo, sulfitos	66
	Prato Principal	Salada de massa com atum, milho, ervilha e cenoura	Ovo, glutén	316
	Prato Vegetariano	Macarronete de soja com cogumelos (soja, cogumelos, pimentos, espaguete, molho de tomate, oregãos)	Glutén, sulfitos, mostarda	274
	Salada / Legumes Sobremesa	Alface e Tomate Fruta da época		
Sexta-feira	Sopa	Grão com espinafres	glúten, lactose, ovo, sulfitos	55
	Prato Principal	Tirinhas de frango estufadas com molho de tomate e alecrim com arroz	Glutén, sulfitos, mostarda	294
	Prato Vegetariano	Ervilhas estufadas com curgete e cenoura em molho de tomate com arroz	Glutén, sulfitos, mostarda	145
	Salada / Legumes Sobremesa	Repolho e Cenoura Fruta da época		

