

EMENTA SEMANAL

18 a 22 de março

Declaração nutricional 100g

			Alergénios	VE Kcal
Segunda-feira	Sopa	Legumes	glúten, lactose, ovo, sulfitos	37
	Prato Principal	Massada de frango com cenoura e milho	soja, mostarda leite, sulfitos	215
	Prato Vegetariano	Massa com cogumelos, feijão preto e legumes	tremoço, sulfitos, soja	245
	Salada / Legumes Sobremesa	Alface e cenoura ripada Fruta da época		
Terça-Feira	Sopa			
	Prato Principal	Arroz de peixe com pimentos	Peixe glúten, sulfitos, mostarda	125 210
	Prato Vegetariano	Arroz de ervilhas e legumes		
	Salada / Legumes Sobremesa	Repolho roxo e cebola Fruta da época		
Quarta-feira	Sopa	Alho francês	glúten, leite, ovo, sulfitos	37
	Prato Principal	Frango assado com puré de batata	sulfitos, glúten, ovo	263
	Prato Vegetariano	Ratatouille	sulfitos, glúten, ovo	245
	Salada / Legumes Sobremesa	Alface e tomate Mousse de chocolate		
Quinta-feira	Sopa	Creme de brócolos	glúten, lactose, ovo, sulfitos	60
	Prato Principal	Fusilli de atum	glúten, ovo, peixe	316
	Prato Vegetariano	Fusilli de soja	Soja, ovo, glúten	253
	Salada / Legumes Sobremesa	Alface e tomate Fruta da época		
Sexta-feira	Sopa	Couve flôr com cenoura ripada	glúten, lactose, ovo, sulfitos	29
	Prato Principal	Hambúrguer de vaca grelhada com batata frita	Soja, glutén, mostarda	285
	Prato Vegetariano	Hambúrguer vegetariana com batata frita	glutén, soja, mostarda, tremoço, sulfitos	232
	Salada / Legumes Sobremesa	Alface com pepino Fruta da época		

