EMENTA SEMANAL

		6 a 10 de maio	Alergénios	Declaração nutricional 100g VE Kcal
Segunda-feira	Sopa	Ervilha	glúten, lactose,ovo, sulfitos	48
	Prato Principal	Febras estufadas com molho de tomate e esparguete	Glutén, sulfitos, mostarda	385
	Prato Vegetariano	Salada de feijão frade, ervilha e cenoura com esparguete	Glutén, sulfitos, mostarda	194
	Salada / Legumes	Alface e pepino		
	Sobremesa			
Terça- Feira	Sopa	Creme de legumes	glúten, lactose,ovo, sulfitos	31
	Prato Principal	Paloco à Gomes de Sá		160
	Prato Vegetariano	Tomate recheado com legumes	Glutén, sulfitos, mostarda	217
	Salada / Legumes	Feijão verde		
	Sobremesa	Fruta da época		
Quarta-feira	Sopa	Caldo verde	glúten, lactose,ovo, sulfitos	43
	Prato Principal	Chilli (carne de porco moída, feijão branco, cenoura, milho) com arroz branco	glúten, soja, mostarda,leite, sulfitos	238
	Prato Vegetariano	Feijoada (feijão branco, cenoura, tomate, pimentão, cebolada, cominhos) com arroz branco	glúten,mostarda,sulfitos	222
	Salada / Legumes	Cenoura ripada e pepino		
	Sobremesa	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	Massa de soja com cogumelos	Glutén, sulfitos, mostarda	274
	Salada / Legumes	Alface e Tomate		
	Sobremesa	Fruta da época		
Sexta-feira	Sopa	Grão com espinafres	glúten, lactose,ovo, sulfitos	55
	Prato Principal	Tirinhas de frango grelhadas com arroz de legumes	Glutén, sulfitos, mostarda	294
	Prato Vegetariano	Ervilhas estufadas com curgete e cenoura em molho de tomate com arroz	Glutén, sulfitos, mostarda	145
	Salada / Legumes	Repolho e Cenoura		
	Sobremesa	Fruta da época		