

EMENTA SEMANAL

Semana de 9 a 13 de outubro

Declaração nutricional 100g

Alergénios
VE
Kcal

Segunda-feira	Sopa			
	Prato Principal	Tolarância de Ponto (Serreta)		
	Prato Vegetariano			
	Salada / Legumes			
Terça-Feira	Sobremesa			
	Sopa	Brócolos	glúten, lactose,ovo, sulfitos	31
	Prato Principal	Douradinhos com massa e cenoura aos cubos		160
	Prato Vegetariano	Caril de grão e massa com cenoura aos cubos	Glutén, sulfitos, mostarda	217
Quarta-feira	Salada / Legumes	Alface e cebola		
	Sobremesa	Fruta da época		
	Sopa	Creme de legumes	glúten, lactose,ovo, sulfitos	43
	Prato Principal	Hambúrguer de vaca grelhada com arroz de cenoura	glúten, soja, mostarda,leite, sulfitos	238
Quinta-feira	Prato Vegetariano	Hambúrguer vegetariana com arroz de cenoura	glúten,mostarda,sulfitos	222
	Salada / Legumes	Cenoura ripada e alface		
	Sobremesa	Gelatina		
	Sopa	Creme de alho francês	glúten, lactose,ovo, sulfitos	66
Sexta-feira	Prato Principal	Massa com atum e legumes	Ovo, glutén	316
	Prato Vegetariano	Massa de soja com cogumelos	Glutén, sulfitos, mostarda	274
	Salada / Legumes	Alface e Tomate		
	Sobremesa	Fruta da época		
	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	Arroz de feijão e legumes	Glutén, sulfitos, mostarda	145
	Salada / Legumes	Repolho e Cenoura		
	Sobremesa	Fruta da época		

