

EMENTA SEMANAL

24 a 28 de fevereiro

Declaração nutricional 100g

			Alergénios	VE Kcal
Segunda-feira	Sopa	Creme de cenoura		29
	Prato Principal	Filetes de pescada no forno com arroz de cenoura	peixe, crutáceos,ovo , sulfitos	275
	Prato Vegetariano	Pataniscas de legumes com arroz de cenoura	sulfitos, tremoço, soja	329
	Salada / Legumes	Cenoura rodelas		23
	Sobremesa	Fruta da época		
Terça-Feira	Sopa	Curgete e abóbora		23
	Prato Principal	Frango assado com massa	glúten, sulfitos	362
	Prato Vegetariano	Massa gratinada com legumes e feijão (Mistura de legumes, queijo,feijão)	Soja, glúten, sulfitos,mosta rda	287
	Salada / Legumes	Repolho branco e tomate		
	Sobremesa	Fruta da época		
Quarta-feira	Sopa	Sopa de peixe		56
	Prato Principal	Arroz de peixe	peixe,ovo, sulfitos	216
	Prato Vegetariano	Arroz de legumes com soja (mistura de legumes, soja)	soja	
	Salada / Legumes	Alface		15
	Sobremesa	Fruta da época		
Quinta-feira	Sopa	Legumes		42
	Prato Principal	Carbonara (esparguete, bacon, salsichas, nata)**/Cachorro (pão,salsicha)*	sulfitos, lactose, soja	412
	Prato Vegetariano	Pizza vegetariana	glúten, sulfitos, lactose	271
	Salada / Legumes	Repolho roxo e tomate		
	Sobremesa	Bolo chocolate		
Sexta-feira	Sopa	Feijão vermelho e couve		47
	Prato Principal	Massa com atum (atum, ovo, milho, jardineira)	glúten, sulfitos, peixe, ovo	104
	Prato Vegetariano	Curgete recheada com massa (cogumelos, mistura de legumes, queijo ralado)	glúten, sulfitos	128
	Salada / Legumes	Alface e cenoura		
	Sobremesa	Fruta da época		

*escolinhas; ** tomas de borba

