

EMENTA SEMANAL

7 a 11 abril

Declaração nutricional 100g

			Alergénios	VE Kcal
Segunda-feira	Sopa	Sopa de tomate	glúten, lactose,ovo, sulfitos	129
	Prato Principal	Douradinhos com massa e legumes	sulfitos, mostarda,	282
	Prato Vegetariano	Tomate recheado com cogumelos e legumes acompanhado com massa	glúten, sulfitos	142
	Salada / Legumes	Alface		15
	Sobremesa	Fruta da época		
Terça-Feira	Sopa	Legumes	glúten, lactose,ovo, sulfitos	42
	Prato Principal	Tiras de frango salteadas com cogumelos e arroz alegre (jardineira, ovo)	glúten, sulfitos	362
	Prato Vegetariano	Pataniscas de legumes e arroz alegre	Soja, glúten, sulfitos,mosta rda	287
	Salada / Legumes	Alface e cenoura		
	Sobremesa	Fruta da época		
Quarta-feira	Sopa	Couve flor e cenoura	glúten, lactose,ovo, sulfitos	41
	Prato Principal	Massada de peixe com jardineira (cenoura, ervilha, jeijão verde)	Peixe, glúten, ovo	211
	Prato Vegetariano	Massa gratinada com legumes (Mistura de legumes, queijo, massa)	Soja, glúten, sulfitos,mosta rda	267
	Salada / Legumes	Repolho roxo e cenoura		51
	Sobremesa	Fruta da época		
Quinta-feira	Sopa	Brocólos e cenoura	glúten, lactose,ovo, sulfitos	43
	Prato Principal	Feijoada com arroz (carne de porco, chouriço, cenoura)	sulfitos	187
	Prato Vegetariano	Feijoada vegetariana com arroz		148
	Salada / Legumes	Cenoura às rodelas		
	Sobremesa	Gelatina		
Sexta-feira	Sopa	Feijão e legumes	glúten, lactose,ovo, sulfitos	38
	Prato Principal	**Carbonara (esparguete, bacon, salsichas,natas) /*cachorro com batata palhas	sulfitos	111
	Prato Vegetariano	**Carbonara de ervilhas/ * cachorro vegaterina com batata palha	sulfitos	105
	Salada / Legumes	Alface e tomate		
	Sobremesa	Fruta da época		

** Tomás de Borba

* Escolinhas

