

## Centro Social Paroquial de Sezures

**EMENTA de 04/01/2021 a 08/01/2021**

Segunda - feira	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão verde
	<b>Almoço:</b> Frango assado no forno com espirais e salada
	<b>Sobremesa:</b> Banana
Terça - feira	<b>Sopa:</b> Canja de galinha
	<b>Almoço:</b> Salmão grelhado com batata cozida e brócolos
	<b>Sobremesa:</b> Gelatina
Quarta – feira	<b>Sopa:</b> Creme de legumes
	<b>Almoço:</b> Feijoada <b>Dieta:</b> Feijoada de frango
	<b>Sobremesa:</b> Pera
Quinta – feira	<b>Sopa:</b> Caldo verde
	<b>Almoço:</b> Arroz de tamboril e salada
	<b>Sobremesa:</b> Iogurte
Sexta – feira	<b>Sopa:</b> Sopa de hortaliça
	<b>Almoço:</b> Esparguete à bolonhesa e salada <b>Dieta:</b> Peru estufado com esparguete e salada
	<b>Sobremesa:</b> Kiwi

**Nota:** No caso de necessidade, e se for recomendada dieta, esta será confeccionada.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

**1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixes; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite; 8 – Frustos de casca rija; 9 – Aipo; 10 – Mostarda; 11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – tremçoço; 14 – Moluscos.**

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Qualquer informação que deseje sobre alérgenos, consulte uma funcionária de alimentação.

**Assinatura:** Catarina Albuquerque

***Bom Appetite!***