

## *Centro Social Paroquial de Sezures*

### EMENTA de 09/03/2020 a 13/03/2020

<b>Segunda - feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de hortaliça
	<b>Almoço:</b> Lombo de porco assado com espirais e salada
	<b>Sobremesa:</b> Banana
<b>Terça - feira</b>	<b>Sopa:</b> Canja de galinha
	<b>Almoço:</b> Salmão grelhado com batata cozida e feijão-verde
	<b>Sobremesa:</b> logurte
<b>Quarta – feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão-verde
	<b>Almoço:</b> Salsichas e ovo estrelado com arroz e salada
	<b>Sobremesa:</b> Pera
<b>Quinta – feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de alho francês
	<b>Almoço:</b> Frango estufado com esparguete e salada
	<b>Sobremesa:</b> Gelatina
<b>Sexta – feira</b>	<b>Sopa:</b> Caldo verde
	<b>Almoço:</b> Bacalhau à Rosa do Adro com batata cozida e brócolos
	<b>Sobremesa:</b> Maçã

**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 – tremoço; 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!*