





































EMENTA refeitório PACT

Semana de 06/01/2020 a 10/01/2020

SEGUNDA	SOPA	Creme de legumes com massa
	CARNE	Almondegas com esparguete   
	PEIXE	Rissóis de camarão com arroz      
	VEGETARIANO	Gratinado de legumes 
TERÇA	SOPA	Espinafres e lentilhas
	CARNE	Costeletas grelhadas com arroz de feijão 
	PEIXE	Massada de atum gratinada   
	VEGETARIANO	Ervilhas com ovos escalfados 
QUARTA	SOPA	Creme de favas
	CARNE	Lasanha de frango  
	PEIXE	Salmão grelhado com batata a murro 
	VEGETARIANO	Omelete de legumes  
QUINTA	SOPA	Abobora e feijão
	CARNE	Pica-pau com arroz e batata-frita   
	PEIXE	Solha frita com arroz de feijão  
	VEGETARIANO	Cogumelos recheados  
SEXTA	SOPA	Alho-francês e cenoura
	CARNE	Rolo de carne mista   
	PEIXE	Pataniscas de bacalhau    
	VEGETARIANO	Alheiras vegetarianas  



Glúten



Crustáceos



Ovos



Pescado



Amendoins



Soja



Lácteos



Frutos casca Rija



Aipo



Mostarda



Sementes sésamo



Dióxido enxofre e sulfitos



Moluscos



Tremoços