TABELA DE ALERGÉNIOS | JULHO 2024

Pictograma											
Pratos	**Glúten**	**Peixe**	**Ovo**	**Molusco**	**Crustáceos**	**Sulfitos**	**Soja**	**Mostarda**	**Tremoço**	**Sésamo**	**Leite**
Lombos de pescada com puré de batata, cenoura e courgete		X									X
Salada de frango com fusilli, ananás e tomate	X										
Salmão no forno com arroz de tomate		X									
Cotovelinhos à Bolonhesa	X										
Ovo mexido com fiambre e arroz basmati			X								
Jardineira de frango com esparguete	X										
Legumes à Brás			X								
Rolo de vaca com queijo, cebolinho e arroz	X										X
Salada de atum, macarrão, feijão frade, tomate e ovo	X	X	X								
Bife de peru grelhado com puré											X
Pescada no forno com arroz de espinafres		X									
Medalhões de frango panados com fusilli de legumes	X		X								X
Ovo mexido com cogumelos e arroz de ervilhas			X								
Peru de cebolada com batata cozida											
Salmão com cotovelinhos, cenoura e espinafres salteados	X	X									
Lasanha de legumes	X										X
Empadão de pescada com arroz, cenoura e espinafres		X									
Fajitas com peru, queijo, alface e tomate	X										X
Salada russa de atum		X									
Bife de frango grelhado com arroz											
Bacalhau à Brás		X	X								
Frango assado com arroz de cenoura											
Salada de atum, ananás e tomate com fusilli de legumes	X	X									