TABELA DE ALERGÉNIOS | MAIO 2023

Pictograma											
Pratos	**Glúten**	**Peixe**	**Ovo**	**Molusco**	**Crustáceos**	**Sulfitos**	**Soja**	**Mostarda**	**Tremoço**	**Sésamo**	**Leite**
Salada de atum, milho e tomate com fusilli de legumes	X	X									
Hambúrguer de vaca com puré de batata doce	X										X
Corvina no forno com arroz de tomate		X									
Salada de legumes e ovo com fusilli	X		X								
Lombos de pescada no forno com puré de batata, cenoura e brócolos		X									X
Lombo de porco com arroz de cenoura											
Ovo mexido com alho francês, cogumelos e esparguete	X		X								
Peru guisado com feijão verde, cenoura e couscous	x										
Empadão de bacalhau com arroz		X									
Bife de frango grelhado com esparguete	X										
Corvina no forno com batata cozida		X									
Legumes à Brás			x								
Wraps de atum com tomate, alface e milho	X	X									
Arroz de pato											
Ovo mexido com arroz de cenoura			X								
Fajitas com peru, queijo, alface e tomate	X										X
Filetes de pescada no forno com puré de batata de courgetes		X									X
Strogonoff de frango com arroz agulha											X
Salada de salmão com feijão verde e cotovelinhos	X	X									
Lasanha de legumes	X										X
Salada de bacalhau com grão, ovo e arroz de coentros		X	X								
Rolo de peru com queijo e couscous	X										X