TABELA DE ALERGÉNIOS | OUTUBRO 2023

Pictograma											
Pratos	**Glúten**	**Peixe**	**Ovo**	**Molusco**	**Crustáceos**	**Sulfitos**	**Soja**	**Mostarda**	**Tremoço**	**Sésamo**	**Leite**
Ovo mexido com arroz basmati			X								
Bifes de peru de cebolada com batata cozida											
Salada de atum, feijão verde e ovo com fusilli de legumes	X	X	X								
Calamares com arroz de tomate	X			X							X
Frango assado com esparguete	X										
Bacalhau espiritual	X	X									X
Vaca picada com cenoura e arroz											
Legumes à Brás			X								
Lombo de porco com arroz basmati											
Lombos de pescada no forno e puré de batata		X									X
Medalhões de frango panados com arroz de ervilhas	X		X								X
Tortilha com cogumelos, queijo e fiambre de peru			X								X
Arroz de pato											
Salada de salmão com fusilli, milho e espinafres	X	X									
Peru estufado com couscous de legumes	X										
Salada de bacalhau com grão, ovo e arroz de coentros		X	X								
Bife de frango grelhado com puré de batata doce e cenoura											X
Lasanha de legumes	X										X
Hambúrguer grelhado com arroz basmati											
Ovo mexido com fusilli de legumes	X		X								
Bife de peru grelhado com arroz											