TABELA DE ALERGÉNIOS | MAIO 2025

Pictograma											
Pratos	**Glúten**	**Peixe**	**Ovo**	**Molusco**	**Crustáceos**	**Sulfitos**	**Soja**	**Mostarda**	**Tremoço**	**Sésamo**	**Leite**
Calamares com arroz de tomate	X		X	X							
Bife de peru grelhado com arroz de ervilhas											
Bacalhau espiritual	X	X									X
Bifanas de porco com arroz de cenoura											
Ovo mexido com cogumelos e couscous de legumes	X		X								
Panados de frango com esparguete	x										
Empadão de bacalhau com arroz		X									
Frango guisado com feijão verde, cenoura e fusili											
Salmão no forno com batata cozida		X									
Legumes à Brás			X								
Filetes pescada panados com arroz de tomate	X	X	X								
Strogonoff de frango com arroz agulha											X
Tortilha com cogumelos,fiambre e queijo			X								X
Fajitas com peru, queijo, alface e tomate	X										X
Filetes de pescada no forno com puré de batata		X									X
Arroz de pato											
Lombos de pescada no forno com puré de batata e cenoura		X									X
Lasanha de legumes	X										X
Salada de bacalhau com grão, ovo e arroz de coentros		X	X								
Rolo de vaca com queijo, cebolinho e couscous	X										X
Salada russa		X									