

		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA						
1	A	Sopa – Creme Cenoura Prato – Bifes de frango panados c/ arroz legumes (1;3) Acomp- Salada alface (12) Sobremesa - Fruta	2	A	Sopa – Caldo Verde Prato –Salada de feijão frade, atum e ovo (3;4) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	3	A	Sopa – Abóbora Prato – Rancho (12) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Gelatina	4	A	Sopa – Legumes Prato – Atum à brás (3;4) Acomp – Maionese (3;12) Sobremesa-Fruta	5	A	Sopa – Canja (1) Prato – Rodízio de carnes grelhadas c/Arroz legumes (1) Acomp – Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta	6	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Solha estufada c/ batatas cozidas (4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Maçã cozida	7	A	Sopa – Cebola Prato – Feijoada (12) Acomp- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Creme Cenoura Prato – Macedónia c/ delícias do mar (2;3;4;6;14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Caldo Verde Prato – Arroz de frango (1) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Chicharro Grelhado c/macedónia (4) Acomp - Molho verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Massa à carbonara (1;7) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Canja (1) Prato – Macedónia c/ Bolos de Bacalhau (1;4) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão-de-bico Prato – Rissóis de Carne c/ massa e cogumelos (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Cebola Prato – Massa de bacalhau (1;4) Salada- Azeitonas Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa – Legumes Prato – Redfish grelhado c/ arroz legumes (1;4) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa-Bavaroise ananás (7)	9	A	Sopa – Alho francês Prato – Febras de porco panadas c/ arroz de feijão vermelho (1;3) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	10	A	Sopa – Canja (1) Prato – Alheiras, chouriça grelhada c/ batatas e feijão vermelho (1;12) Acomp – Couve Sobremesa- Leite-Creme (7)	11	A	Sopa – Legumes Prato – Massa de vitela (1) Acomp- Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	12	A	Sopa – Couve Prato – Pataniscas de bacalhau c/ grão-de-bico (1;4) Acomp – Molho-verde Sobremesa-Fruta	13	A	Sopa – Tomate Prato – Esparguete c/ bifés de frango e cogumelo (1) Acomp- Molho verde Sobremesa-Fruta	14	A	Sopa – Abóbora Prato – Dourada Grelhada C/Arroz de Legumes (1;4) Acomp - Salada Mista (12) Sobremesa- Gelado(7)
	J	Sopa – Legumes Prato – Massa c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Alho francês Prato – Carapaus grelhados C/Macedónia (4) Acomp – Salada Tomate (12) Sobremesa-Salada de Frutas		J	Sopa – Canja (1) Prato - Hambúrguer grelhados c/Arroz de ervilhas (1) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Piza (1;7;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;12;14) Acomp- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Tomate Prato – Caldeirada de lulas (12;14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Mousse (7)		J	Sopa – Abóbora Prato – Massa c/ fiambre,cogumelos (1) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta
15	A	Sopa – Legumes Prato – Cozido à Portuguesa (12) Acomp- Legumes Sobremesa-Fruta	16	A	Sopa – Feijão-verde Prato – Bacalhau c/ natas (4;7) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	17	A	Sopa – Abóbora Prato – Rancho (12) Acomp – Salada mista(12) Sobremesa-Fruta	18	A	Sopa – Caldo-Verde Prato – Tentáculos C/Batata e broa no forno (1; 14) Acomp – Couve estufada Sobremesa- Fruta	19	A	Sopa-Grão de bico Prato – Esparguete à bolonhesa (1) Acomp.- Salada mista(12) Sobremesa- Fruta	20	A	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Solha frita c/ arroz de legumes (1;3;4) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	21	A	Sopa – Cebola Prato – Vitela estufada c/ puré e cogumelos (3;7) Acomp – Salada de alface (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Legumes Prato – Massa de delícias do mar (1;2;3;4;6;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Feijão-verde Prato – Esparguete c/ almôndegas (1) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (4) Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Caldo-verde Prato – Arroz de frango (1) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Grão-de-bico Prato – Chicharro Grelhado c/ macedónia (4) Acomp. Molho verde Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Frango estufado c/ batatas Acomp – Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Cebola Prato – Massa c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta
22	A	Sopa – Legumes Prato – Bacalhau assado na brasa C/Batatas a murro (4) Acomp – Molho verde Sobremesa- Pudim (3;7)	23	A	Sopa – Ervilhas Prato – Massa de frango (1) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	24	A	Sopa – Abóbora Prato – Atum à brás (3;4) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa- Gelatina	25	A	Sopa – Legumes Prato – Arroz de pato (1;12) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa-Fruta	26	A	Sopa – Alho-francês Prato – Robalo c/ batata no forno (4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta	27	A	Sopa – Couve Prato – Feijoada (12) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa- Pudim (3;7)	28	A	Sopa – Legumes Prato – Filetes de Pescada Panados C/Arroz de Legumes (1;3;4) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Legumes Prato – Arroz de coelho (1) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Ervilhas Prato – Macedónia c/ delícias (2;3;4;6;14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Moelas estufadas c/ massa (1) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Rissóis de peixe c/ macedónia (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Alho-francês Prato – Massa c/ hambúrguer (1) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Salsichas, ovo e batatas fritas (3;6;7;10) Acomp – Ketchup Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Costeletas de porco grelhadas c/ massa (1) Acomp – Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta

Nota Informativa

A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:

- | | |
|--|---|
| 1.Cereais que contenham glúten | 8. Frutos de casca rija |
| 2.Crustáceos e produtos à base de crustáceos | 9.Aipo e produtos à base de aipo |
| 3. Ovos e produtos à base de ovo | 10.Mostarda e produtos à base de mostarda |
| 4. Peixes e produtos à base de peixe | 11.Sementes de sésamo e produtos à base de sésamo |
| 5. Amendoins e produtos à base de amendoins | 12.Dióxido de enxofre e sulfitos |
| 6.Soja e produtos à base de soja | 13.Tremoço e produtos à base de tremoço |
| 7. Leite e produtos à base de leite | 14.Moluscos e produtos à base de moluscos |

Aprovada pela Diretora de Serviços (Dr.ª Manuela Miranda)

Nota: A ementa poderá ser sujeita a alterações devido a controle de stocks