

TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA																	
		1	A Sopa - Legumes Prato – Entrecosto c/batatas no forno Acomp.- Salada de alface (12) Sobremesa- Fruta	2	A Sopa - Feijão-verde Prato - Arroz de marisco (1;2;3;4;6;14) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Arroz doce (1;7)	3	A Sopa - Repolho Prato - Coelho estufado c/ batatas e pão torrado (1;12) Acomp. Salada alface (12) Sobremesa- Fruta	4	A Sopa - Espinafres Prato - Filétes pescada c/ arroz de tomate (1;4) Acomp. Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	5	A Sopa - Abóbora Prato - Carne de porco à alentejana (12;14) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa- Fruta	6	A Sopa - Alho francês Prato – Bacalhau c/ natas (4;7) Acomp.- Salada de alface (12) Sobremesa- Leite-creme (7)																
			J Sopa - Legumes Prato – Bolos de bacalhau c/ macedónia (1;4) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J Sopa - Feijão-verde Prato – Massa à bolonhesa (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Repolho Prato - Massa c/ delicias do mar (1;2;3;4;6;14) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa -Espinafres Prato – Feijão-frade c/ atum, batatas e ovo cozido (3;4) Acomp.- Molho verde Sobremesa- Fruta		J Sopa – Abóbora Prato – Piza (1;7;12) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa – Alho francês Prato - Hambúrguer c/ arroz de tomate (1;6;12) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa-Fruta																
7	A Sopa - Cenoura Prato – Esparguete c/ vitela estufada (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	8	A Sopa - Creme de legumes Prato - Pataniscas de bacalhau c/ grão e batatas (1;3;4) Acomp.- Molho verde Sobremesa - Fruta	9	A Sopa – Grão-de-bico Prato - Febras panadas c/ arroz legumes (1;3) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Pudim flan (3;7)	10	A Sopa - Espinafres Prato - Solha frita c/ salada feijão-verde e ovo cozido (3;4) Acomp.- Salada tomate (12) Sobremesa- Fruta	11	A Sopa - Abóbora Prato - Frango À brás (3) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa- Fruta	12	A Sopa - Legumes Prato – Bolos de bacalhau c/ arroz de tomate (1;4) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	13	A Sopa - Creme ervilhas Prato - Frango c/ batatas no forno Acomp.- Salada de alface (12) Sobremesa- Salada de frutas																
	J Sopa - Cenoura Prato - Carapau grelhado c/ batatas e legumes (4) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa-Fruta		J Sopa – Creme de legumes Prato - Barriga porco grelhada c/ massa (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta		J Sopa - Grão-de-bico Prato - Empadão de peixe e legumes (3;4;7) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Espinafres Prato - Massa de coelho (1) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Abóbora Prato - Trutas grelhadas c/ arroz de legumes (1;4) Acomp.- Molho verde Sobremesa- Fruta		J Sopa - Legumes Prato - Salsichas c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;7;10) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Creme ervilhas Prato - Chicharro grelhado c/ macedónia (4) Acomp.- Molho verde Sobremesa- Fruta																
14	A Sopa - Feijão-verde Prato - Arroz de tentáculos (1; 14) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	15	A Sopa - Espinafres Prato - Bifes de Vitela, ovo estrelado e batatas fritas (3) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	16	A Sopa - Legumes Prato - Filétes de pescada c/arroz de legumes (1;4) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa- Fruta	17	A Sopa - Abóbora Prato - Cozido à portuguesa (12) Acomp.- Legumes variados Sobremesa- Fruta	18	A Sopa - Canja galinha (1) Prato – Carapaus fritos c/ arroz de tomate (1;4) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- fruta	19	A Sopa - Couve Prato – Coelho à caçador c/torradãs e batatas cozidas (12) Acomp.-Salada tomate (12) Sobremesa- Gelatina	20	A Sopa-Creme cenoura Prato - Caldeirada de lulas (12; 14) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa- Maçã assada																
	J Sopa - Feijão-verde Prato - Ensopado de feijão-verde c/ chouriça (12) Acomp. Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Espinafres Prato - Massa de atum c/ legumes, queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Legumes Prato – Frango grelhado c/ massa (1;) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Abóbora Prato – Rissóis de peixe c/ macedónia (1;4) Acomp.-Molho verde Sobremesa- Fruta		J Sopa - Canja galinha (1) Prato – Massa c/ moelas (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa-Couve Prato - Solha estufada c/ massa (1;4) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa-Creme cenoura Prato - Massa de frango (1) Acomp.- Salada tomate(12) Sobremesa- Fruta																
21	A Sopa - Juliana Prato – Entrecosto c/ batatas no forno Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	22	A Sopa - Alho francês Prato – Leitão c/ batatas fritas (12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	23	A Sopa - Repolho Prato – Bifes de frango, cogumelos e arroz (1;7) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Maçã cozida	24	A Sopa - Grão-de-bico Prato - Tentáculos c/ batatas e ovo cozido (3;14) Acomp.- Couve Sobremesa-Fruta	25	A Sopa - Castanha Prato - Douradas c/ batatas no forno (4) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Aletria (1;7)	26	A Sopa - Legumes Prato - Bacalhau à brás (3;4) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	27	A Sopa - Canja galinha (1) Prato – Caldeirada de cordeiro (12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Pudim ovos (3;7)																
	J Sopa - Juliana Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;14) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Alho francês Prato – Piza (1;7;12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Repolho Prato – Frutas grelhadas c/ macedónia (4) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Grão-de-bico Prato – Massa de frango (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Arroz doce (1;7)		J Sopa - Castanha Prato - Arroz de tamboril (1;4) Acomp.- Salada de alface (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Legumes Prato - Costeletas porco grelhadas c/ arroz (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Canja galinha (1) Prato - Massa c/ delicias (1;2;3;4;6;14) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa- Fruta																
28	A Sopa- Grão-de-bico Prato - Bacalhau c/ natas (4;7) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	29	A Sopa - Creme de cenoura Prato – Coelho estufado c/ batatas e pão torrado (12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	30	A Sopa - Legumes Prato – Rodízio de peixe c/ batatas e ovo estrelado (3;6;7;10) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Maçã cozida	31	A Sopa - Espinafres Prato – Pescada c/ molho de marisco e puré (1;4;7;9;14) Acomp. Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	32	A Sopa - Espinafres Prato – Massa de frango (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	<p>Nota Informativa A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <table border="0"> <tr> <td>1. Cereais que contenham glúten</td> <td>8. Frutos de casca rija</td> </tr> <tr> <td>2. Crustáceos e produtos à base de crustáceos</td> <td>9. Aipo e produtos à base de aipo</td> </tr> <tr> <td>3. Ovos e produtos à base de ovo</td> <td>10. Mostarda e produtos à base de mostarda</td> </tr> <tr> <td>4. Peixes e produtos à base de peixe</td> <td>11. Sementes de sésamo e produtos à base de sésamo</td> </tr> <tr> <td>5. Amendoins e produtos à base de amendoins</td> <td>12. Dióxido de enxofre e sulfitos</td> </tr> <tr> <td>6. Soja e produtos à base de soja</td> <td>13. Tremoço e produtos à base de tremoço</td> </tr> <tr> <td>7. Leite e produtos à base de leite</td> <td>14. Moluscos e produtos à base de moluscos</td> </tr> </table> <p>Aprovada pela Diretora de Serviços _____ (Dr.ª Manuela Miranda) Nota: A ementa poderá ser sujeita a alterações devido a controle de stocks</p>						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
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																												
	J Sopa - Grão-de-bico Prato – Frango grelhado c/ arroz de feijão (1) Acomp. Pickles (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Creme de cenoura Prato – Massa de atum (1;4) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa - Legumes Prato – Salsichas c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;7;10) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Maçã cozida		J Sopa - Espinafres Prato – Massa de frango (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta																						