

DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO								
1	A	Sopa - Legumes P.Principal – Empadão de carne (3;7) Acomp. - Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta	2	A	Sopa - Cenoura P.Principal – Frutas grelhadas c/ arroz de legumes (1;4) Acomp. – Molho-verde Sobremesa- Fruta	3	A	Sopa- Couve P.Principal-Caldeirada de cordeiro (12) Acomp.-Pickles (12) Sobremesa- Mousse de Chocolate (7)	4	A	Sopa- Canja galinha (1) P.Principal- Coelho à caçador c/ torradas e batatas cozidas (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	5	A	Sopa- Legumes P.Principal-Bacalhau à Brás (3;4) Acomp.-Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	6	A	Sopa-Feijão-verde P.Principal- Rodizio Carnes c/ arroz de legumes (1;12) Acomp.- Salada alfaca (12) Sobremesa- Fruta	7	A	Sopa- Caldo verde P.Principal- Sardinhas c/ batatas (4) Acomp. - Pimentos Sobremesa-Fruta
	J	Sopa - Legumes P.Principal-Arroz de Lulas (1; 14) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Cenoura P.Principal-Massa de frango (1) Acomp.-Salada tomate (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Couve P.Principal- Filetes de pescada c/ arroz de legumes (1;4) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Canja galinha (1) P.Principal- Massa de frutos do mar (1;2;3;4;6;14) Acomp.- Salada tomate (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Legumes P.Principal- Moelas c/ batatas fritas Acomp.- Pickles (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa- Feijão-verde P.Principal- Massa de atum (1;4) Acomp.- Salada tomate (12) Sobremesa- Bavaioise de Ananás (7)		J	Sopa – Caldo verde P.Principal- Bifanas c/ massa (1;12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa- Alho francês P.Principal- Cozido à Portuguesa (12) Acomp.- Legumes Sobremesa- Fruta	9	A	Sopa- Tomate P.Principal- Solha frita c/ Salada Russa (3; 4) Acomp.- Molho verde Sobremesa-Gelatina	10	A	Sopa- Legumes P.Principal-Feijoada c/ arroz branco (1) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa – Pudim flãn (3;7)	11	A	Sopa – Grão-de-bico P.Principal- Dourada no forno c/ batatas (4) Acomp.- Salada alfaca (12) Sobremesa-Fruta	12	A	Sopa – Canja (1) P.Principal- Bifes de vitela de cebolada c/ esparguete (1;12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	13	A	Sopa- Abóbora P.Principal-Bolos de bacalhau c/ arroz de legumes (1;4) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- Gelatina	14	A	Sopa – Caldo verde P.Principal- Paella à Valenciana (1;2;3;6;7;10;14) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta
	J	Sopa – Alho francês P.Principal- Piza (1;7;12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Tomate P.Principal-Strogonoff de Frango c/ Massa (1;7) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Legumes P.Principal-Rissóis de Peixe c/ Massa (1;4) Acomp.-Pickles (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa-Grão de bico P.Principal-Barriga de Porco Grelhado c/ arroz de legumes (1) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Canja (1) P.Principal-Salada Russa c/ delícias desfiadas (1;2;3;4;6;14) Acomp.- Maionese (3) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora P.Principal- Entrecosto grelhado c/ Massa (1) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa-Caldo verde P.Principal-Empadão de Peixe (3;4;7) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
15	A	Sopa- Creme ervilhas P.Principal-Atum à Brás (3;4) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	16	A	Sopa - Repolho P.Principal- Carne Porco à Alentejana (12;14) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa- Fruta	17	A	Sopa - Cebola P.Principal- Arroz de Pato (1;12) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- Leite Creme c/ Maça (7)	18	A	Sopa - Legumes P.Principal- Lasanha de atum, tomate e alho francês (1;4;7) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	19	A	Sopa - Abóbora P.Principal-Esparguete c/ vitela estufada (1;12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	20	A	Sopa-Canja galinha (1) P.Principal- Peixe Espada Grelhado c/ Arroz de Legumes (1;4) Acomp.- Molho Verde Sobremesa- Salada de Fruta	21	A	Sopa - Couve P.Principal- Empadão de carne (3;7) Acomp.-Azeitonas (12) Sobremesa- Gelado (7)
	J	Sopa- Creme ervilhas P.Principal- Omelete de cebola, salsa c/ arroz legumes (1;3) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa- Repolho P.Principal- Massa de paloco (1;4) Acomp. Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Cebola P.Principal-Carapaus grelhados c/ macedónia (4) Acomp.- Molho verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa- Legumes P.Principal- Arroz de Frango (1) Acomp.- Legumes Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Abóbora P.Principal- Pataniscas de Bacalhau c/ Grão e Batatas Cozidas (1;3;4) Acomp.- Molho verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa- Canja galinha (1) P.Principal-Massa c/ almôndegas (1;3) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Couve P.Principal-Filetes pescada panados c/ arroz legumes (1;3;4) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa- Fruta
22	A	Sopa-Creme cenoura P.Principal-Caldeirada de lulas (12; 14) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa-Maçã Assada	23	A	Sopa-Grão de bico P.Principal-Frango estufado c/ torradas e batatas cozidas (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	24	A	Sopa- Creme de Legumes P.Principal-Robalo grelhado c/ arroz de legumes (1;4) Acomp.-Salada Alfaca (12) Sobremesa- Pudim Flan (3;7)	25	A	Sopa-Creme ervilhas P.Principal-Bifes de frango c/ cogumelos, natas e esparguete (1;7) Acomp.- Salada de alfaca (12) Sobremesa-Fruta	26	A	Sopa - Espinafres P.Principal-Carapaus fritos c/ arroz de tomate (1;4) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta	27	A	Sopa- Alho Francês P.Principal- Perú c/ Batatas no Forno Acomp.- Salada alfaca (12) Sobremesa- Gelatina	28	A	Sopa – Canja (1) P.Principal- Hambúrgueres, ovos estrelados c/ batatas fritas (3) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- Gelado (7)
	J	Sopa-Creme cenoura P.Principal-Moelas c/ arroz (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa: Fruta		J	Sopa - Grão-de-bico P.Principal-Chicharro Grelhado c/ macedónia (4) Acomp. Molho verde Sobremesa- Fruta		J	Sopa-Creme de Legumes P.Principal-Rojões de Porco estufados c/ massa (1;12) Acomp.- Legumes Sobremesa- Fruta		J	Sopa-creme de ervilhas P.Principal- Omelete de Cebola, salsa c/ Arroz de legumes (1;3) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Espinafres P.Principal- Costeleta porco Grelhada c/ Macedónia Acomp. Molho Verde Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Alho Francês P.Principal-Arroz à valenciana (1;2;3;6;7;10;14) Acomp. Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Canja (1) P.Principal-Massa de delícias do mar (1;2;3;4;6;14) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta
29	A	Sopa - Abóbora P.Principal-Salmão grelhado c/ Puré (3;4;7) Acomp.- Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta	30	A	Sopa - Feijão vermelho P.Principal- Salsichas, ovo estrelado e batatas fritas (3;12) Acomp. – Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta	31	A	Sopa-Couve P.Principal-Bacalhau na brasa c/ batatas a murro (4) Acomp.- Molho-verde Sobremesa- Arroz doce (1;3;7)	<p><b>Nota Informativa</b> A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Cereais que contenham glúten</li> <li>2. Crustáceos e produtos à base de crustáceos</li> <li>3. Ovos e produtos à base de ovo</li> <li>4. Peixes e produtos à base de peixe</li> <li>5. Amendoins e produtos à base de amendoins</li> <li>6. Soja e produtos à base de soja</li> <li>7. Leite e produtos à base de leite</li> <li>8. Frutos de casca rija</li> <li>9. Aipo e produtos à base de aipo</li> <li>10. Mostarda e produtos à base de mostarda</li> <li>11. Sementes de sésamo e produtos à base de sésamo</li> <li>12. Dióxido de enxofre e sulfitos</li> <li>13. Tremoço e produtos à base de tremoço</li> <li>14. Moluscos e produtos à base de moluscos</li> </ul>											
	J	Sopa- Abóbora P.Principal- Massa c/ Almôndegas (1;3) Acomp.-Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Feijão vermelho P.Principal-Rissóis de peixe c/ Macedónia (1;4) Acomp.- Molho Verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa-Couve P.Principal-Massa de Frango (1) Acomp.- Cenoura Ralada Sobremesa- Fruta												

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

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