

SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA								
1	A	Sopa – Creme Cenoura Prato – Bifanas panadas c/ arroz legumes (1;3) Acomp - Salada alface (12) Sobremesa - Fruta	2	A	Sopa – Caldo Verde Prato – Salada de feijão frade, atum, tomate e ovo (3;4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta	3	A	Sopa – Abóbora Prato – Chilli com carne (1;12) Acomp – salada mista (12) Sobremesa- Gelatina	4	A	Sopa – Legumes Prato – Salada russa c/ pescada desfiada e ovo cozido (3;4) Acomp – maionese (1;3;10) 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 – Costeletas grelhadas c/ batatas fritas e ovos estrelados (3) Acomp - Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Creme Cenoura Prato – Massa c/ delícias do mar (1;2;3;4;6;14) Acomp - azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Caldo Verde Prato – Arroz de frango (1;12) Acomp-Salada Mista 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;12) 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) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Cebola Prato – Massa de bacalhau (1;4) Salada-azeitonas (12) Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa – Legumes Prato –Robalo grelhado c/ arroz legumes (4) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa-Bavaroise ananás (7)	9	A	Sopa – Alho francês Prato – Febras de porco grelhadas c/ arroz de feijão verde (1) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	10	A	Sopa – Canja (1) Prato – Truta de escabeche c/ batatas (4;12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Leite-Creme (7)	11	A	Sopa – Legumes Prato – Massa de vitela (1;12) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	12	A	Sopa – Couve Prato – Pataniscas de bacalhau c/ grão-de-bico (1;3;4) Acomp –Molho-verde Sobremesa-Fruta	13	A	Sopa – Tomate Prato – Esparguete à bolonhesa (1;12) 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 – Moelas estufadas c/Arroz de Legumes (1;12) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Piza (1;7;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Empadão de peixe (3;4;7) Acomp -salada tomate (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Tomate Prato – Caldeirada de lulas (12;14) Acomp -Molho-Verde Sobremesa-Mousse (7)		J	Sopa – Abóbora Prato –Massa c/ fiambre e cogumelos (1;7) Acomp-Salada Alface (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 – Chilli com carne (1;12) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	18	A	Sopa – Caldo-Verde Prato – Tentáculos C/Batata e broa no forno (14) Acomp –couve estufada Sobremesa- Fruta	19	A	Sopa-Grão de bico Prato –Massa à carbonara (1;3;7) Acomp- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	20	A	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Bacalhau assado na brasa C/Batatas a murro (4) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	21	A	Sopa – Cebola Prato –Vitela estufada c/ puré e cogumelos (1;7;12) Acomp –Salada de alface (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Legumes Prato – Massa de atum, legumes e queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Feijão verde Prato – Esparguete c/ almôndegas (1;12) Acomp –salada alface (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (1;4) Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Caldo-verde Prato – Arroz de frango (1;12) Acomp – Salada Alface (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 – Massa c/ almôndegas (1;12) Acomp – Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Cebola Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta
22	A	Sopa – Legumes Prato –Leitão c/ batatas no forno Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Pudim (3;7)	23	A	Sopa –Abóbora Prato –Salada grão de bico, orelha e chouriça (12) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta	24	A	Sopa – Caldo verde Prato – Sardinha c/ batatas cozidas (4) Acomp – Salada Mista e pimentos (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 – Salmão grelhado c/salada de feijão verde (4) Acomp –Molho verde(12) Sobremesa-Fruta	27	A	Sopa – Couve Prato – Stroganof de frango c/ arroz de cogumelos (1;7) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Pudim (3;7)	28	A	Sopa – Legumes Prato – Filetes de Pescada Panados C/Arroz de tomate (1;3;4) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Legumes Prato – Massa c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp-Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato –Atum à brás (3;4) Acomp –Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Caldo verde Prato – Moelas estufadas c/ massa (1;12) 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;6;12) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Hambúrguer, ovo e batatas fritas (1;3;6;12) Acomp –Ketchup Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Costeletas de porco grelhadas c/ massa (1) Acomp –Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta
29	A	Sopa – Cenoura P. Principal-Salchichas à brás (3;6;7;10) Acomp -Pickles (12) Sobremesa-gelado (7)	30	A	Sopa – Feijão vermelho Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;12;14) Acomp. – Salada Alface (12) Sobremesa- Fruta	31	A	Sopa – Feijão verde Prato – Bacalhau c/ natas (4;7) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	<p><b>Nota Informativa</b> A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <ol 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 rijia</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 molusco</li> </ol>											
	J	Sopa – Cenoura Prato – Rissóis de peixe c/ macedónia (1;4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Feijão vermelho Prato –Massa à carbonara (1;7) Acomp - Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Feijão verde Prato – Esparguete c/ almôndegas (1;3;12) Acomp –salada alface (12) Sobremesa-Fruta												

Aprovada pela Diretora de Serviços \_\_\_\_\_ (Dr.ª Manuela Miranda) Nota: A ementa poderá ser sujeita a alterações devido a controlo de stocks.