

SEGUNDA-FEIRA			TERÇA-FEIRA			QUARTA-FEIRA			QUINTA-FEIRA			SEXTA-FEIRA			SÁBADO			DOMINGO		
	A	Sopa - Legumes Prato – Entrecosto c/batatas no forno; Acomp. - Salada de alface (12) Sobremesa - Fruta	1	A	Sopa - Legumes Prato – Bolos de bacalhau c/ macedónia (1;3;4) Acomp. - Azeitonas (12) Sobremesa -Fruta	2	A	Sopa - Feijão-verde Prato - Arroz de lulas (1;12;14) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Arroz doce (1;3;7)	3	A	Sopa - Repolho Prato -Coelho estufado c/ batatas e pão torrado (1;12) Acomp. Espargado Sobremesa - Fruta	4	A	Sopa - Espinafres Prato – Filetes pescada c/arroz de tomate (1;3;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 – Entrecosto c/batatas no forno; Acomp. - Salada de alface (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Legumes Prato – Massa à bolonhesa (1;12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Repolho Prato – Massa de atum (1;4;7) 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 -Pizza (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 de vitela (1;12) 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;7) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Fruta	12	A	Sopa - Legumes Prato – Bolos de bacalhau c/ arroz de tomate (1;3;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;12) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Abóbora Prato - Trutas c/ macedónia (4) Acomp. – Molho verde (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Legumes Prato – Salsichas c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;12) Acomp. - Pickles (12) Sobremesa - Fruta			
14	A	Sopa - Feijão verde Prato - Arroz de tentáculos (1;14) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	5	A	Sopa - Espinafres Prato - Bifes de Vitela, ovo estrelado e batatas fritas (3) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	6	A	Sopa - Legumes Prato - Filetes de pescada c/arroz de legumes (1;3;4) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Fruta	7	A	Sopa - Abóbora Prato - Cozido à portuguesa (12) Acomp. - Legumes variados Sobremesa - Fruta	8	A	Sopa -Canja galinha (1) Prato –Carapaus fritos c/ arroz de tomate (1;4) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - fruta	9	A	Sopa - Couve Prato – Arroz de coelho (1;12) Acomp. -Salada tomate (12) Sobremesa -Gelatina	10	A	Sopa -Creme cenoura Prato -Caldeirada de lulas (12;14) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Maçã assada
	J	Sopa - Feijão verde Prato - Ensopado de ervilhas 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 - Massa de frango (1;12) 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;12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa -Creme cenoura Prato – Massa à carbonara (1;7) Acomp. - Salada tomate (12) Sobremesa - Fruta			
21	A	Sopa - Juliana Prato – Entrecosto c/ batatas no forno Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	2	A	Sopa - Alho francês Prato – Massa à bolonhesa (1;12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	3	A	Sopa - Repolho Prato – Bifes de frango, cogumelos e arroz (1;7) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Maçã cozida	4	A	Sopa - Grão de bico Prato – Bacalhau c/ batatas e legumes cozidos; (4) Acomp. - Molho verde Sobremesa -Rabanadas (1;3;7)	5	A	Sopa – Canja de galinha (1) Prato – Leitão c/ batatas fritas (12) Acomp. - salada alface (12) Sobremesa - Aletria (1;3;7)	6	A	Sopa - Legumes Prato –Bacalhau à brás (3;4) Acomp. -Azeitonas (12) Sobremesa - Fruta	7	A	Sopa - Abóbora 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 –Trutas grelhadas c/ macedónia (4) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Grão de bico Prato –Trutas grelhadas c/ batatas a murro e broa no forno (14) Acomp. - salada mista (12) Sobremesa - Filhós (1;3)		J	Sopa – Canja de galinha (1) Prato – Arroz legumes c/ bolos de bacalhau e rissóis (1;3;4) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Bolo rei (1;3;7;8)		J	Sopa - Legumes Prato -Costeletas porco grelhadas c/ arroz (1;12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta			
28	A	Sopa - Grão de bico Prato – Bacalhau c/ natas (4;7) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	2	A	Sopa - Creme de cenoura Prato – Coelho estufado c/ batatas e pão torrado (1,12) Acomp. -salada mista (12) Sobremesa - Fruta	3	A	Sopa - Legumes Prato – Rodízio de peixe c/ arroz de legumes (1;4) Acomp. - Salada tomate (12) Sobremesa -Fruta	3	A	Sopa - Espinafres Prato –Lombo de porco no forno c/ castanhas e puré Acomp. Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	1	Nota Informativa A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios: 1.Cereais que contenham glúten 2.Crustáceos e produtos à base de crustáceos 3. Ovos e produtos à base de ovo 4. Peixes e produtos à base de peixe 5. Amendoins e produtos à base de amendoins 6. Soja e produtos à base de soja 7. Leite e produtos à base de leite			8	8. Frutos de casca rija 9. Aipo e produtos à base de aipo 10. Mostarda e produtos à base de mostarda 11. Sementes de sésamo e produtos à base de sésamo 12. Dióxido de enxofre e sulfitos 13. Tremçoço e produtos à base de tremçoço 14. Moluscos e produtos à base de molusco			
	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;7) Acomp. - salada alface (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Legumes Prato – Salsichas c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Maçã cozida		J	Sopa - Espinafres Prato – Lasanha de atum (1;4;7) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta									

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

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