

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO								
1	A	Sopa - Legumes P.Principal – Empadão de carne (3;7) Acomp. - Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta	2	A	Sopa - Cenoura P.Principal – Trutas 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) 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;12;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 (12) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa--Fruta		J	Sopa- Feijão verde P.Principal- Massa de atum, cogumelos c/ queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp.- salada tomate (12) Sobremesa- Bavaoise 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 feijão verde e tomate (4) Acomp.-molho verde; Sobremesa-Gelatina	10	A	Sopa - Legumes P.Principal-Chilli de carne c/ arroz de legumes (1;2) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa – Pudim flân (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- Pizza; Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa –Tomate P.Principal-Stroganoff de Frango c/ Massa (1;7) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Legumes P.Principal-Rissóis de Peixe c/ salada feijão verde e tomate (1;4) Acomp.- Molho verde; Sobremesa-Fruta		J	Sopa-Grão de bico P.Principal-Barriga de Porco Grelhada c/ arroz de legumes (1) Acomp.- azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Canja (1) P.Principal-Salada Russa c/ delicias desfiadas e ovo cozido (1;2;3;4;6;14) Acomp.- Maionese (1;3;10) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Abóbora P.Principal- Febras de porco grelhadas 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 – Lasanha de atum c/ tomate e alho francês (1;4;7) 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- Massa de bacalhau (1;4) Acomp.-Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	19	A	Sopa - Abóbora P.Principal-Esparguete c/ vitela estufada (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	20	A	Sopa-Canja galinha (1) P.Principal- Arroz de lulas (1;12;14) Acomp.- Molho Verde Sobremesa- Salada de Fruta	21	A	Sopa - Couve P.Principal- Frango estufado c/ torradas e batatas cozidas (1) 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;12) Acomp.- Legumes Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Abóbora P.Principal- Pataniscas de Bacalhau c/ Grão e Batatas Cozida (1;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 bacalhau (4) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa-Maçã Assada	23	A	Sopa-Grão de bico P.Principal- Chilli de carne Acomp.- Arroz branco (1) Sobremesa- Fruta	24	A	Sopa- Creme de Legumes P.Principal-Salmão grelhado c/ salada feijão verde, ovo cozido e tomate (3;4) Acomp.-Molho verde, 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- Frango assado c/ Batatas no forno; Acomp.- Salada alfaca (12) Sobremesa- Gelatina	28	A	Sopa – Canja (1) P.Principal- Hambúrgueres, ovos estrelados c/ batatas fritas (1;3;6;12) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- gelado (7)
	J	Sopa-Creme cenoura P.Principal-Moelas c/ arroz (1;12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa: Fruta		J	Sopa - Grão-de-bico P.Principal-Chicharro Grelhado c/ salada feijão verde, tomate e ovo cozido (3;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- Piza (1;7;12) 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;4;6;12;14) Acomp. Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Canja (1) P.Principal-Massa c/ frutos do mar (1;2;3;6;7;10;14) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta
29	A	Sopa - Abóbora P.Principal-Pescada estufada c/ Puré (4;7) Acomp.- Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta	30	A	Sopa - Feijão vermelho P.Principal- Salsichas, ovo estrelado e batatas fritas (3;6;7;10) 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)	32	Nota Informativa A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios: 1. Cereais que contêm 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				33	8. Frutos de casca rijas 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. Tremeço e produtos à base de tremeço 14. Moluscos e produtos à base de molusco					
	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 à bolonhesa (1) Acomp.- Cenoura Ralada (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.