

TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA								
1	A	Sopa - Legumes Prato - Frango c/ Batatas no Forno Acomp. - Salada Alface (12) Sobremesa - Fruta	2	A	Sopa - Cenoura Prato – Massa de Atum c/tomate, legumes e queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp. – Salada Alface (12) Sobremesa - Fruta	3	A	Sopa - Couve Prato –Caldeirada de cordeiro (12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Mousse de Chocolate (7)	4	A	Sopa -Canja galinha (1) Prato -Arroz de coelho (1) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	5	A	Sopa - Legumes Prato -Bacalhau à Brás (3;4) Acomp. -Azeitonas (12) Sobremesa - Fruta	6	A	Sopa -Feijão verde Prato – Cozido à portuguesa (12) Acomp. - Legumes cozidos Sobremesa - Fruta	7	A	Sopa -Ervilhas Prato – Filetes de pescada estufado c/ puré (4) Acomp. -Salada mista (12) Sobremesa -Fruta
	J	Sopa - Legumes Prato -Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;12;14) Acomp. -Salada Mista (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa - Cenoura Prato -Arroz de frango (1;12) Acomp. -Salada tomate (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa -Canja galinha (1) Prato - Massa c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp. - Salada tomate (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Legumes Prato - Moelas c/ massa (1) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa --Fruta		J	Sopa - Feijão verde Prato – Macedónia c/ delícias Acomp. - salada tomate (12) Sobremesa --Bavaroise de Ananás (7)		J	Sopa –Ervilhas Prato – Bifanas c/ esparguete (1;12) Acomp. - salada mista (12) Sobremesa -Fruta			
8	A	Sopa - Alho francês Prato – Feijoada (1; 12) Acomp. -Arroz Branco e salada alface (12) Sobremesa - Fruta	9	A	Sopa - Tomate Prato -Solha frita c/ Salada Russa (1;3;4) Acomp. -molho verde Sobremesa -Gelatina	10	A	Sopa - Legumes Prato – Francesinha (1;6;7;8;10) Acomp. - Batatas fritas Sobremesa – Pudim flan (3;7)	11	A	Sopa – Grão de bico Prato Bacalhau assado na brasa c/ batatas a murro (4) Acomp. - salada alface (12) Sobremesa -Fruta	12	A	Sopa – Canja (1) Prato – Febras panadas c/ arroz de tomate (1;3) Acomp. - salada feijão verde Sobremesa -Fruta	13	A	Sopa - Abóbora Prato – Dourada no forno c/ batatas (4) Acomp. - Salada Alface (12) Sobremesa - Gelatina	14	A	Sopa – Espinafres Prato - Paella à Valenciana (1;2;3;6;7;10;14) Acomp. - Salada Alface (12) Sobremesa - Fruta
	J	Sopa – Alho francês Prato – Piza (1;7;12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa –Tomate Prato -Strogonoff de Frango c/ Massa (1;7) Acomp. - Salada Alface (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa - Legumes Prato -Rissóis de Peixe c/ arroz de legumes (1;4) Acomp. - Pickles (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa -Grão de bico Prato -Barriga Porco Grelhada c/ massa (1) Acomp. - azeitonas (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Canja (1) Prato -Salada Russa c/ delícias desfiadas (2;3;4;6;14) Acomp. - Maionese (1;3;10) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Massa c/ almôndegas (1;3) Acomp. – Salada Mista (12) Sobremesa - Fruta			
15	A	Sopa - Creme ervilhas Prato -Atum à brás (3;4) Acomp. - Azeitonas (12) Sobremesa - Fruta	16	A	Sopa - Repolho Prato - Arroz de Pato (1;12) Acomp. - Pickles (12) Sobremesa - Fruta	17	A	Sopa - Cebola Prato –Salmão grelhado c/ macedónia (3;4) Acomp. - Molho verde (12) Sobremesa - Leite Creme c/ Maça (7)	18	A	Sopa - Legumes Prato – Massa à bolonhesa (1) Acomp. -Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	19	A	Sopa - Abóbora Prato - Jardineira, Acomp. - Cenoura Ralada (12) Sobremesa - Fruta	20	A	Sopa -Canja galinha (1) Prato - Filetes de pescada c/ Arroz de feijão (4) Acomp. - salada mista (12) Sobremesa - Salada de Fruta	21	A	Sopa - Couve Prato - Massa de vitela (1) Acomp. -Salada alface (12) Sobremesa - gelado (7)
	J	Sopa - Creme ervilhas Prato - Carne Porco à Alentejana (12;14) Acomp. - Salada Alface(12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa - Repolho Prato - Massa de paloco (1;4) Acomp. Salada Mista (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Cebola Prato –Moelas c/ arroz (1;12) Acomp. - Azeitonas (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa -Grão de bico Prato - Arroz de Frango (1;12) Acomp. – Salada tomate(12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Abóbora Prato – Atum, ovo, batatas c/ feijão-frade (3;4) Acomp. - Molho verde (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa - Canja galinha (1) Prato -Empadão de Carne (3;7) Acomp. - Salada Mista (12) Sobremesa - Fruta			
22	A	Sopa -Creme cenoura Prato -Caldeirada de lulas (12; 14) Acomp. - Salada Alface(12) Sobremesa -Maçã Assada	23	A	Sopa -Grão de bico Prato -Coelho à caçador c/ batatas e pão torrado (1) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	24	A	Sopa - Creme de Legumes Prato - Truta grelhada c/ arroz de ervilhas (1;4) Acomp. -Salada Alface (12) Sobremesa - Pudim Flan (3;7)	25	A	Sopa -Creme ervilhas Prato - Rancho (1) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa -Fruta	26	A	Sopa - Espinafres Prato – Massa de bacalhau (1;4) Acomp. - Salada Mista (12) Sobremesa - Fruta	27	A	Sopa - Alho Francês Prato – Arroz de frango de cabidela (1;12) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Gelatina	28	A	Sopa – Canja Prato - Bacalhau c/ natas (4;7) Acomp. - Salada Alface (12) Sobremesa - gelado (7)
	J	Sopa -Creme cenoura Prato –Moelas c/ arroz de legumes (1;12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa - Grão-de-bico Prato -Chicharro Grelhado c/ macedónia (4) Acomp. Molho verde (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa -Creme de Legumes Prato -Rojões estufados c/ massa (1;12) Acomp. - Legumes Sobremesa - Fruta		J	Sopa -creme de ervilhas Prato - Omelete de Cebola e atum c/ Arroz (1;3;4) Acomp. - Salada Mista (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Espinafres Prato - Costeleta porco Grelhada c/ Macedónia Acomp. Molho Verde (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Alho Francês Prato –Massa c/ frutos do mar (1;2;3;4;6;14) Acomp. Salada Mista (12) Sobremesa - Fruta			
29	A	Sopa - Abóbora Prato – Salchichas à brás (3;6;7;10) Acomp. - Salada Tomate (12) Sobremesa -Fruta	30	A	Sopa - Feijão vermelho Prato - Lasanha de atum c/ tomate e legumes (1;4;7) Acomp. – Salada Alface (12) Sobremesa - Fruta;	31	A	Sopa -Feijão verde Prato – Febras panadas c/ arroz de legumes (1;3) Acomp. - salada alface (12) Sobremesa - Gelado (7)	32	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. 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. Tremeço e produtos à base de tremeço 14. Moluscos e produtos à base de molusco										
	J	Sopa - Abóbora Prato - Massa c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp. -Salada Alface (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa – Feijão vermelho Prato –Hambúrgueses c/ batatas fritas e ovo estrelado (1;3;6;12) Acomp. - Salada tomate (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.