

QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA								
	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/ salada feijão verde e tomate (1;4) Acomp. - Azeitonas (12) Sobremesa -Fruta	2	A	Sopa - Feijão-verde Prato - Arroz de marisco (1;2;3;4;6;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. Salada alface (12) Sobremesa - Fruta	4	A	Sopa – Espinafres Prato – Filetes pescada c/ arroz de tomate (1;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 – Sardinhas assadas c/ batatas cozidas (4) Acomp. - Pimentos Sobremesa - Leite-creme (3;7)
	J	Sopa - Legumes Prato – Pataniscas de bacalhau c/ salada de feijão verde e tomate (1;3;4) Acomp. - Molho verde Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Feijão-verde Prato - Massa à carbonara (1;7) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Repolho Prato – Solha frita c/ salada feijão verde e ovo cozido (1;3;4) Acomp. - Salada tomate (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Espinafres Prato – Frango à brás (3) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Bolos de bacalhau c/ arroz de tomate (1;4) Acomp. - salada mista (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa – Alho francês Prato - Hambúrguer c/ arroz de tomate (1) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa -Fruta			
7	A	Sopa - Cenoura Prato –Esparguete c/ vitela estufada (1) Acomp. -Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	8	A	Sopa - Creme de legumes Prato - Pataniscas de bacalhau c/ salada de feijão verde e tomate (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 (1;3;4) Acomp. - Salada tomate (12) Sobremesa - Fruta	11	A	Sopa - Abóbora Prato - Frango à brás (3) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Fruta	12	A	Sopa - Legumes Prato – Bolos de bacalhau c/ arroz de tomate (1;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) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Abóbora Prato - Trutas grelhadas c/ macedónia (4) Acomp. – Molho verde Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Legumes Prato – Salsichas c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;7;10) Acomp. - Pikles (12) Sobremesa - Fruta			
14	A	Sopa - Feijão verde Prato - Arroz de lulas (1;12;14) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	15	A	Sopa - Espinafres Prato – Francesinha (1;6;7;10;12) Acomp. - Batatas fritas Sobremesa - Fruta	16	A	Sopa - Legumes Prato – Filetes de pescada c/arroz de legumes (1;4) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Fruta	17	A	Sopa - Abóbora Prato – Chilli com carne Acomp. - arroz branco (1) Sobremesa - Fruta	18	A	Sopa -Canja galinha (1) Prato –Carapaus fritos c/ arroz de tomate (1;4) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Gelatina	19	A	Sopa - Couve Prato – Coelho assado c/ batatas no forno Acomp. -Salada tomate (12) Sobremesa -Gelatina	20	A	Sopa -Creme cenoura Prato -Caldeirada de lulas (12;14) Acomp. - Salada alface (12) Sobremesa - Maçã assada
	J	Sopa - Feijão verde Prato - Ensopado de feijão verde 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 – Frango grelhado c/ massa (1) Acomp. - Pickles (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Abóbora Prato – Piza (1;7;12) Acomp. -Molho verde Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Canja galinha (1) Prato – Massa c/ moelas (1) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa -Creme cenoura Prato – Solha estufada c/ massa (1;4) Acomp. - Azeitonas (12) Sobremesa - Fruta			
21	A	Sopa - Juliana Prato – Entrecosto estufado C/ batatas Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	22	A	Sopa - Alho francês Prato – Leitão c/ batatas fritas (7;12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	23	A	Sopa - Repolho Prato – Bifes de frango, cogumelos e arroz (1) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Maçã cozida	24	A	Sopa - Grão de bico Prato - Tentáculos c/ batatas e ovo cozido (3;14) Acomp. - Feijão verde Sobremesa -Fruta	25	A	Sopa – Castanha (8) Prato – Caldeirada de cordeiro (12) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Aletria (1;3;7)	26	A	Sopa - Legumes Prato –Bacalhau à brás (3;4) Acomp. -Azeitonas (12) Sobremesa - Fruta	27	A	Sopa - Canja galinha (1) Prato –Chilli de carne (1) 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 – Massa de frango (1) Acomp. - salada mista (12) Sobremesa - Arroz doce (1;3;7)		J	Sopa - Castanha (8) Prato - Arroz de tamboril (1;4) Acomp. - Salada de alface (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Legumes Prato -Costeletas porco grelhadas c/ arroz (1) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta			
28	A	Sopa - Grão de bico Prato - Bacalhau à espanhola (4) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	29	A	Sopa - Creme de cenoura Prato – Coelho estufado c/ batatas e pão torrado (1) Acomp. -salada mista (12) Sobremesa - Fruta	30	A	Sopa - Legumes Prato – Sardinhas assadas c/ batatas cozidas (4) Acomp. - Salada pimentos Sobremesa -Fruta	31	A	Sopa - Espinafres Prato –Filetes de pescada c/ arroz de tomate (1;4) Acomp. Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	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. Tremoço e produtos à base de tremoço 14. Moluscos e produtos à base de molusco							
	J	Sopa - Grão de bico Prato –Frango grelhado c/ salada de feijão verde e tomate; Acomp. Molho verde; Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Creme de cenoura Prato – Massa de atum (1;4) Acomp. - salada alface (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa - Legumes Prato – Salsichas c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;7;10) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa - Maçã cozida		J	Sopa - Espinafres Prato – Strogonof de frango c/ massa (1;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