

TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		
		1	A Sopa - Legumes Prato – Entrecosto c/batatas no forno Acomp.- Salada de alface (12) Sobremesa- Fruta	2	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 (1;7) Sobremesa- Fruta	4	A Sopa - Espinafres Prato – Filetes pescada c/ arroz de tomate (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 – Bolos de bacalhau c/ macedónia (1;4) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta		Sopa- Feijão-verde Prato - Massa à bolonhesa (1) 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 (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa – Abóbora Prato –Piza (1;7;12) Acomp.- Salada alface (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 de vitela (1) Acomp.-Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	8	A Sopa- Creme de legumes Prato - Pataniscas de bacalhau c/ grão e batatas (1;4) Acomp.- Molho verde (12) 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/ macedónia (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 c/ batatas cozidas (4;12) Acomp. – Molho verde (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa- Legumes Prato – Salsichas c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;10) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa- Fruta		J Sopa- Creme ervilhas Prato- Massa de delícias (1;2;3;4;6;14) Acomp.- Molho verde (12) Sobremesa- Fruta	
1	A Sopa - Feijão verde Prato - Arroz de tentáculos (1;14) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	1	A Sopa - Espinafres Prato - Bifes de Vitela, ovo estrelado e batatas fritas (3) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	1	A Sopa - Legumes Prato – Filetes de pescada c/arroz de legumes (1;4) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa- Fruta	1	A Sopa - Abóbora Prato - Cozido à portuguesa (12) Acomp.- Legumes variados Sobremesa- Fruta	1	A Sopa - Canja galinha (1) Prato –Carapaus fritos c/ arroz de tomate (1;4) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	1	A Sopa- Couve Prato – Feijoadá (1;12) Acomp.Arroz branco (1) Sobremesa-Gelatina	1	A Sopa-Creme cenoura Prato -Caldeirada de lulas (12;14) Acomp.- Salada alface (12) Sobremesa- Maçã assada	
4	J Sopa- Feijão verde Prato - Ensopado de ervilhas c/ chouriça (12) Acomp. Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	5	J Sopa - Espinafres Prato - Massa de atum c/ legumes, queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	6	J Sopa- Legumes Prato – Massa de frango (1) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa- Fruta	7	J Sopa - Abóbora Prato – Rissóis de peixe c/ macedónia (1;4) Acomp.-Molho verde (12) Sobremesa- Fruta	8	J Sopa - Canja galinha (1) Prato – Massa c/ moelas (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	9	J Sopa-Couve Prato - Solha estufada c/ massa (1;4) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	10	J Sopa-Creme cenoura Prato – Massa à carbonara (1;7) Acomp.- Salada tomate (12) Sobremesa- Fruta	
2	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) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	2	A Sopa- Repolho Prato – Bifes de frango, cogumelos e arroz (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Maçã cozida	2	A Sopa- Grão de bico Prato – Atum, ovo cozido c/ feijão frade (3;4) Acomp.- Molho verde (12) Sobremesa-Fruta	2	A Sopa - Abóbora Prato – Rodízio de carnes c/ arroz legumes (1) Acomp.- salada alface (12) Sobremesa- Aletria	2	A Sopa- Legumes Prato –Bacalhau à brás (4;7) Acomp.-Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	2	A Sopa- Canja galinha (1) Prato – Alheiras, chouriça assada c/ batatas (1;12) Acomp.- Feijão vermelho e couve Sobremesa- Pudim ovos (3;7)	
1	J Sopa - Juliana Prato – Arroz à valenciana; (1;2;3;4;6;12;14) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	2	J Sopa- Alho francês Prato – Piza (1;7;12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	3	J Sopa- Repolho Prato –Trutas grelhadas c/ macedónia (4) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	4	J Sopa - Grão de bico Prato – Massa de frango (1) Acomp.- salada mista (12) Sobremesa- Arroz doce (1;3;7)	4	J Sopa - Abóbora Prato – Piza (1;7;12) Acomp.- Salada de alface (12) Sobremesa- Fruta	5	J Sopa- Legumes Prato -Costeletas porco grelhadas c/ arroz (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	6	J Sopa- Canja galinha (1) Prato - Massa c/ delícias (1;2;3;4;6;14) Acomp.- salada alface (12) Sobremesa- Fruta	
2	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) Acomp.-salada mista (12) Sobremesa- Fruta	3	A Sopa- Legumes Prato – Rodízio de peixe c/ arroz de legumes (1) Acomp.- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta	3	A Sopa - Espinafres Prato –Pescada estufada c/ puré (4;7) Acomp. Saldá mista (12) Sobremesa- Fruta	3	A Sopa - Espinafres Prato – Massa à carbonara (1;7) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	<p>Nota Informativa</p> <p>A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 				
8	J Sopa - Grão de bico Prato –Frango grelhado c/ arroz de feijão (1) Acomp. Pickles (12) Sobremesa- Fruta	9	J Sopa- Creme de cenoura Prato – Massa de atum e queijo gratinado (1;4;7) Acomp.- salada alface (12) Sobremesa- Fruta	0	J Sopa- Legumes Prato – Salsichas c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;7;10) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Maçã cozida	1	J Sopa - Espinafres Prato – Massa à carbonara (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