

SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA								
1	A	Sopa – Creme Cenoura Prato – Bifanas panadas c/ arroz legumes (1;3) Acomp- Salada alface (12) Sobremesa- Fruta	2	A	Sopa – Caldo Verde Prato – Salada de feijão-frade, atum, tomate e ovo (3;4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta	3	A	Sopa – Abóbora Prato – Chilli com carne Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Gelatina	4	A	Sopa – Legumes Prato – Salada russa c/ pescada desfiada e ovo cozido (3;4) Acomp – Maionese (1;3;10) Sobremesa-Fruta	5	A	Sopa – Canja (1) Prato – Rodizio de carnes grelhadas c/Arroz legumes (1) Acomp – Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta	6	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Solha estufada c/ batatas cozidas (4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Maçã cozida	7	A	Sopa – Cebola Prato – Costeletas grelhadas c/ batatas fritas e ovos estrelados (3) Acomp- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
1	J	Sopa – Creme Cenoura Prato – Massa c/ delicias do mar (1;2;3;4;6;14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Caldo Verde Prato – Arroz de frango (1;12) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Abóbora Prato – Chicharro Grelhado c/macedónia (4) Acomp - Molho verde Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Legumes Prato – Massa à carbonara (1;8) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Canja (1) Prato – Macedónia c/ Bolos de Bacalhau (1;4) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Grão-de-bico Prato – Rissóis de Carne c/ massa e cogumelos (1) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Cebola Prato – Massa de bacalhau (1;4) Salada-Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta						
8	A	Sopa – Legumes Prato – Robalo grelhado c/ arroz legumes (1;4) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa-Bavaroise ananás (7)	9	A	Sopa – Alho francês Prato – Febras de porco grelhadas c/ arroz de feijão-verde (1) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	10	A	Sopa – Canja (1) Prato – Truta de escabeche c/ batatas (4;12) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Leite-Creme (3;7)	11	A	Sopa – Legumes Prato – Massa de vitela (1) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	12	A	Sopa – Couve Prato – Pataniscas de bacalhau c/ grão-de-bico (1;4) Acomp – Molho-verde Sobremesa-Fruta	13	A	Sopa – Tomate Prato – Esparguete à bolonhesa (1) Acomp- Molho verde Sobremesa-Fruta	14	A	Sopa – Abóbora Prato – Dourada Grelhada C/Arroz de Legumes (1;4) Acomp - Salada Mista (12) Sobremesa- Gelado (7)
8	J	Sopa – Legumes Prato – Massa c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Alho francês Prato – Carapaus grelhados C/Macedónia (4) Acomp – Salada Tomate (12) Sobremesa-Salada de Frutas	J	Sopa – Canja (1) Prato – Moelas estufadas c/Arroz de Legumes (1;12) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa- Fruta	J	Sopa – Legumes Prato – Piza (1;7;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Couve Prato – Empadão de peixe (3;4;7) Acomp- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Tomate Prato – Caldeirada de lulas (12;14) Acomp - Molho-Verde Sobremesa-Mousse (7)	J	Sopa – Abóbora Prato – Massa c/ fiambre e cogumelos (1) Acomp-Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta						
15	A	Sopa – Legumes Prato – Cozido à Portuguesa (12) Acomp- Legumes Sobremesa-Fruta	16	A	Sopa – Feijão-verde Prato – Bacalhau c/ natas (4;7) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	17	A	Sopa – Abóbora Prato – Chilli com carne Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	18	A	Sopa – Caldo-Verde Prato – Tentáculos C/Batata e broa no forno (1; 14) Acomp – Couve estufada Sobremesa- Fruta	19	A	Sopa-Grão-de-bico Prato – Massa à carbonara (1;7) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	20	A	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Bacalhau assado na brasa C/Batatas a murro (4) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	21	A	Sopa – Cebola Prato – Vitela estufada c/ puré e cogumelos (7) Acomp – Salada de alface (12) Sobremesa-Fruta
15	J	Sopa – Legumes Prato – Massa de atum, legumes e queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Feijão-verde Prato – Esparguete c/ almôndegas (1;3) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (4) Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Caldo-verde Prato – Arroz de frango (1) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Grão-de-bico Prato – Chicharro Grelhado c/ macedónia (4) Acomp. Molho verde Sobremesa- Fruta	J	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Massa c/ almôndegas (1;3) Acomp – Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Cebola Prato – Massa c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta						
22	A	Sopa – Legumes Prato – Solha frita c/ arroz de legumes (1;3;4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Pudim (3;7)	23	A	Sopa – Abóbora Prato – Salada grão-de-bico, orelha e chouriça (12) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta	24	A	Sopa – Caldo verde Prato – Sardinhas, febras e barriga no pão (1;4) Acomp – Salada Mista e pimentos (12) Sobremesa- Gelatina	25	A	Sopa – Legumes Prato – Arroz de pato (1;12) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa-Fruta	26	A	Sopa – Alho-francês Prato – Salmão grelhado c/salada de feijão-verde (4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta	27	A	Sopa – Couve Prato – Strogonof de frango c/ arroz de cogumelos (1;7) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Pudim (3;7)	28	A	Sopa – Legumes Prato – Filetes de Pescada Panados C/Arroz de tomate (1;3;4) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta
22	J	Sopa – Legumes Prato – Arroz de coelho (1) Acomp-Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Abóbora Prato – Atum à Brás (3;4) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Caldo verde Prato – Moelas estufadas c/ massa (1;12) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	J	Sopa – Legumes Prato – Rissóis de peixe c/ macedónia (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Alho-francês Prato – Massa c/ hambúrguer (1) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Couve Prato – Hambúrguer, ovo e batatas fritas (3) Acomp –Ketchup Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Legumes Prato – Costeletas de porco grelhadas c/ massa (1) Acomp – Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta						
29	A	Sopa – Cenoura P. Principal-Salchichas à brás (3;6;7;10) Acomp – Pickles (12) Sobremesa- Gelado (7)	30	A	Sopa – Feijão vermelho Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;12;14) Acomp. – Salada Alface (12) Sobremesa- Fruta			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 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. Tremoço e produtos à base de tremoço 14. Moluscos e produtos à base de moluscos									
29	J	Sopa – Cenoura Prato – Rissóis de peixe c/ macedónia (1;4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Feijão vermelho Prato – Massa à carbonara (1;7) 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.