

DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO								
1	A	Sopa - Legumes Prato – Carne Porco à Alentejana (12;14) Acomp. – Pickles (12) Sobremesa- Fruta	2	A	Sopa - Cenoura Prato – Lasanha de Atum c/tomate e legumes (1;4;7) Acomp. – Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta	3	A	Sopa- Couve Prato –Frango assado com salada de feijão verde e tomate Acomp.- Molho verde Sobremesa- Mousse de Chocolate (7)	4	A	Sopa-Canja galinha (1) Prato -Arroz de lulas (1;12;14) Acomp. - Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	5	A	Sopa- Legumes Prato –Hambúrgueres c/ ovo estrelado e batatas fritas (1;3;5;12) Acomp.-Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	6	A	Sopa-Feijão verde Prato - Rodizio de peixe c/ arroz de tomate (1;4;12) Acomp.- salada alfaca (12) Sobremesa- Fruta	7	A	Sopa- Caldo verde Prato - Sardinhas assadas c/ batatas cozidas (4) Acomp.- Pimentos 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 coelho (1) Acomp.-Salada tomate (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Couve Prato - Filetes de pescada c/ macedónia (4) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa-Canja galinha (1) Prato - Massa c/ almôndegas (1;3) Acomp. - Salada tomate (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Legumes Prato – Massa c/ atum, cogumelos e queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa--Fruta		J	Sopa- Feijão verde Prato – Macedónia c/ delícias (2;3;4;6;14) Acomp.- Salada tomate (12) Sobremesa- Bavaroise de Ananás (7)		J	Sopa –Caldo verde Prato - Bifanas c/ esparguete (1;12) Acomp.- salada mista (12) Sobremesa- Fruta
8	A	Sopa- Alho francês Prato – Chili com carne; Acomp.-Arroz Branco e salada alfaca (1;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) Russa (1;3;4) Acomp.- Batata frita Sobremesa – Pudim fãñ (3;7)	11	A	Sopa – Grão de bico Prato - Dourada no forno c/ batatas (4) Acomp. - salada alfaca (12) Sobremesa-Fruta	12	A	Sopa – Canja (1) Prato – Bifes frango panados c/ arroz de tomate (1;3) Acomp.- salada feijão verde Sobremesa-Fruta	13	A	Sopa- Abóbora Prato -Bacalhau assado na brasa c/ batatas a murro (4) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- Gelatina	14	A	Sopa – Caldo verde Prato - Paella à Valenciana (1;2;3;6;7;10;14) Acomp.- Salada Alfaca (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 Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Legumes Prato -Rissóis de Peixe c/ macedónia (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 de atum (1;4) Acomp. – Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa-Caldo verde Prato -Empadão de Peixe; Acomp.- Salada mista (3;4;7) 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 –Robalo grelhado c/ macedónia (4) Acomp.- Molho verde Sobremesa- Leite Creme c/ Maça (7)	18	A	Sopa - Legumes Prato – Chili com carne (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 (1;4) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Salada de Fruta	21	A	Sopa - Couve Prato - Massa de vitela (1) Acomp.-Salada alfaca (12) Sobremesa- gelado (7)
	J	Sopa- Creme ervilhas Prato - Carne Porco à Alentejana (12;14) Acomp.- Salada Alfaca(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 - Legumes Prato – Redfish c/batatas e legumes cozidos (4) Acomp. – Molho verde Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Abóbora Prato – Atum, ovo, batatas c/ feijão-frade (3;4) Acomp.- Molho verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa- Canja galinha (1) Prato -Empadão de peixe (3;4;7) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa -Couve Prato –Bolos de bacalhau c/ arroz de feijão vermelho (1;3;4) Acomp.- salada mista (12) Sobremesa- Fruta
22	A	Sopa-Creme cenoura Prato -Caldeirada de lulas (12;14) Acomp.- Salada Alfaca(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 Alfaca (12) Sobremesa- Pudim Flan (3;7)	25	A	Sopa-Creme ervilhas Prato – Rancho (1;12) 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 lulas (1;12;14) Acomp.- Salada alfaca (12) Sobremesa- Gelatina	28	A	Sopa – Canja (1) Prato - Bacalhau c/ natas (4;7) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- gelado (7)
	J	Sopa-Creme cenoura Prato –Moelas c/ arroz de legumes (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa: Fruta		J	Sopa - Grão-de-bico Prato -Chicharro Grelhado c/ macedónia (4) Acomp. Molho verde Sobremesa- Fruta		J	Sopa-Creme de legumes Prato -Rojões estufados c/ massa (1) 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 Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Alho Francês Prato –Massa c/ delícias (2;3;4;6;14) Acomp. Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Canja (1) Prato –Massa de frango (1) 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 Alfaca (12) Sobremesa- Fruta;	31	A	Sopa- Alho francês Prato – Chili com carne (12) Acomp.-Arroz Branco e salada alfaca (1;12) Sobremesa- Fruta	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 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. Tremçoço e produtos à base de tremçoço 14. Moluscos e produtos à base de molusco		34	J	Sopa – Abóbora Prato - Massa c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp.-Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta	J	Sopa – Feijão vermelho Prato –Hambúrgueres c/ batatas fritas, ovo estrelado (1;3;6;12) Acomp.- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta	