

SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA								
1	A	Sopa - Legumes P.Principal -Empadão de carne (3;7) Acomp. - Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta	2	A	Sopa - Cenoura P.Principal - Lasanha de atum c/ tomate e legumes (1;4;7) Acomp. - Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta	3	A	Sopa- Couve P.Principal - Alheiras, chouriça grelhadas c/ batatas cozidas (1;12) Acomp. - legumes Sobremesa- Mousse de Chocolate (7)	4	A	Sopa-Canja galinha (1) P.Principal-Arroz de frango de cabidela (1; 12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	5	A	Sopa- Legumes P.Principal-Bacalhau à Brás (3;4) Acomp.-Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	6	A	Sopa-Feijão vermelho P.Principal- Chilli de carne; Acomp.- arroz branco (1) Sobremesa- Fruta	7	A	Sopa- Nabiças P.Principal- Massa de atum, cogumelos e queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa - Legumes P.Principal-Arroz de tentáculos (1;14) Acomp.-Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Cenoura P.Principal-Arroz de frango (1;12) Acomp.-Salada tomate (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Couve P.Principal- Filetes de pescada c/ macedónia (4) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa-Canja galinha (1) P.Principal- Massa de frutos do mar (1;2;3;4;6; 14) Acomp. - Salada tomate (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Legumes P.Principal- Moelas c/ arroz (1;12) Acomp.- Salada (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Feijão vermelho P.Principal-Bolos de bacalhau c/ macedónia (1;4) Acomp.- salada tomate (12) Sobremesa- Bavaoise de Ananás (7)		J	Sopa - Nabiças P.Principal- Piza (1;7;12) Acomp.- salada mista (12) Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa- Alho francês P.Principal- Cozido à Portuguesa (12) Acomp.-legumes Sobremesa- Fruta	9	A	Sopa- Espinafres P.Principal-Solha frita c/ Salada Russa (1;3;4) Acomp.-molho verde; Sobremesa-Gelatina	10	A	Sopa - Legumes P.Principal-Feijoada c/ arroz branco (1;12) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa - Pudim flãñ (3;7)	11	A	Sopa - Grão de bico P.Principal- Dourada no forno c/ batatas (4) Acomp.- salada alfaca (12) Sobremesa-Fruta	12	A	Sopa - Canja (1) P.Principal- Bifes de frango, cogumelos, cebola c/ massa (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	13	A	Sopa- Abóbora P.Principal-Pataniscas de bacalhau c/ grão de bico (1;4) Acomp.- Molho verde Sobremesa- Gelatina	14	A	Sopa - Caldo verde P.Principal- Paella à Valenciana (1;2;3;5;7;10;14) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta
	J	Sopa - Alho francês P.Principal- Bifanas c/ massa (1;12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Espinafres P.Principal-Strogonoff de Frango c/ arroz (1;7) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Legumes P.Principal-Rissóis de Peixe c/ massa (1;4) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa-Grão de bico P.Principal-Barriga Porco Grelhado c/ arroz de legumes (1) Acomp.- azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Canja (1) P.Principal-Salada Russa c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp.- Maionese (1;3;10) Sobremesa-Fruta		J	Sopa - Abóbora P.Principal- Rojões estufados c/ massa (1;12) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa-Caldo verde P.Principal-Empadão de Peixe (3;4;7) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
15	A	Sopa- Creme ervilhas P.Principal- Carapaus fritos c/ arroz de tomate (1;4) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	16	A	Sopa - Repolho P.Principal- Arroz de Pato (1;12) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa- Gelado (7)	17	A	Sopa - Cebola P.Principal- Frango c/ batatas no forno; Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- Leite Creme c/ Maça (7)	18	A	Sopa - Legumes P.Principal- Lasanha de atum, tomate e legumes (1;4;7) Acomp.-Salada Tomate (12) Sobremesa- Fruta	19	A	Sopa - Abóbora P.Principal-Massa de vitela (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	20	A	Sopa-Canja galinha (1) P.Principal- Redfish grelhado c/ Arroz de Legumes (1;4) Acomp.- Molho Verde (12) Sobremesa- Salada de Fruta	21	A	Sopa - Couve P.Principal- Francesinha (1;6;7;8;10) Acomp.- Batatas fritas; Sobremesa- gelado (7)
	J	Sopa- Creme ervilhas P.Principal- Piza (1;7;12) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa- Repolho P.Principal- Massa de paloco (1;4) Acomp. Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Cebola P.Principal-Carapaus grelhados c/ arroz de feijão (1;4) Acomp.- Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa- Legumes P.Principal- Arroz c/ moelas (1;12) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Abóbora P.Principal- Salada russa c/ pescada desfiada (4) Acomp.- Maionese (1;3;10) Sobremesa-Fruta		J	Sopa- Canja galinha (1) P.Principal-Empadão de Carne (3;7) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa -Couve P.Principal-Filetes pescada estufados c/ arroz legumes (4) Acomp.- Pickles (12) Sobremesa- Fruta
22	A	Sopa-Creme cenoura P.Principal-Caldeirada de lulas (12;14) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa-Maçã Assada	23	A	Sopa-Grão de bico P.Principal-Coelho à caçador c/ pão torrado e batatas cozidas (1) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	24	A	Sopa- Caldo verde P.Principal-Arroz de pato (1;12) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta	25	A	Sopa-Creme ervilhas P.Principal-Cozido à Portuguesa (12) Acomp.- Legumes Sobremesa-Fruta	26	A	Sopa - Espinafres P.Principal-Truta de escabeche c/ batata cozida (4;12) Acomp.- Salada Mista; Sobremesa- Fruta	27	A	Sopa -Alho Francês P.Principal- Feijoada (1;12) Acomp.- Salada alfaca (12) Sobremesa- Gelatina	28	A	Sopa - Canja (1) P.Principal- Massa de atum, tomate, legumes e queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp.- Salada Alfaca (12) Sobremesa- gelado
	J	Sopa-Creme cenoura P.Principal-Almôndegas c/ arroz (1;3) Acomp.- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Grão-de-bico P.Principal-Chicharro Grelhado c/ macedónia (4) Acomp. Molho verde (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa-Caldo verde P.Principal- Barriga grelhada/ macedónia (4) Acomp.- Salada mista Sobremesa- Fruta		J	Sopa-creme de ervilhas P.Principal- Omelete de Cebola c/ Arroz de legumes (1;3;4) Acomp.- Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Espinafres P.Principal- Costeleta porco Grelhada c/ Macedónia; Acomp. Molho Verde (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa- Alho Francês P.Principal-Arroz de lulas (1;12;14) Acomp. Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Canja (1) P.Principal-Feijão frade, ovo e atum (3;4) Acomp.-Molho verde (12) Sobremesa- Fruta
29	A	Sopa - Abóbora P.Principal-Pescada estufada c/ Puré (4) Acomp.- Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta	30	A	Sopa - Feijão vermelho P.Principal- Rancho (1) Acomp. - Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta;	<p><b>Nota Informativa</b> A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Cereais que contenham glúten</li> <li>Crustáceos e produtos à base de crustáceos</li> <li>Ovos e produtos à base de ovo</li> <li>Peixes e produtos à base de peixe</li> <li>Amendoins e produtos à base de amendoins</li> <li>Soja e produtos à base de soja</li> <li>Leite e produtos à base de leite</li> <li>Frutos de casca rija</li> <li>Aipo e produtos à base de aipo</li> <li>Mostarda e produtos à base de mostarda</li> <li>Sementes de sésamo e produtos à base de sésamo</li> <li>Dióxido de enxofre e sulfitos</li> <li>Tremoço e produtos à base de tremoço</li> <li>Moluscos e produtos à base de molusco</li> </ol>														
	J	Sopa- Abóbora P.Principal- Massa c/ hambúrguer (1) Acomp.-Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa - Feijão vermelho P.Principal-Carapaus Fritos c/ arroz de tomate (1;4) Acomp.- Molho Verde (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.