

SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA								
1	A	Sopa – Creme Cenoura Prato – Bifes de frango panados c/ arroz legumes (1;3) Acomp -Salada alfaca (12) Sobremesa - Fruta	2	A	Sopa – Nabiças Prato –Salada de feijão frade, atum e ovo (3;4) Acomp – Pickles (12) Sobremesa -Fruta	3	A	Sopa – Abóbora Prato – Rancho (1;12) Acomp – salada mista (12) Sobremesa - Gelatina	4	A	Sopa – Legumes Prato – Atum à brás (3;4) Acomp – maionese (1;3;10) Sobremesa -Fruta	5	A	Sopa – Canja (1) Prato –Chilli com carne (1;12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa -Fruta	6	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Solha estufada c/ batatas cozidas (3) 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
	J	Sopa – Creme Cenoura Prato – Macedónia c/ delicias do mar (2;3;4;6;14) Acomp –azeitonas (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Nabiças Prato – Arroz de frango (1) Acomp -Salada Mista (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Chicharro Grelhado c/macedónia (4) Acomp – Molho verde (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Massa à carbonara (1;7) Acomp – azeitonas (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Canja (1) Prato – Arroz de legumes c/ Bolos de Bacalhau (1;4) Acomp – Pickles (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Arroz de peixe c/ massa e cogumelos (1;4;12) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Cebola Prato – Massa de bacalhau (1;4) Salada -azeitonas (12) Sobremesa -Fruta
8	A	Sopa – Feijão branco Prato –Redfish grelhado c/ arroz legumes (1;4) Acomp – Salada alfaca (12) Sobremesa -Bavaroise ananás (7)	9	A	Sopa – Alho francês Prato – Febras de porco panadas c/ arroz de ervilhas (1;3) 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 (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 (12) Sobremesa -Fruta	13	A	Sopa – Grão de bico Prato – Esparguete c/ bifes de frango e cogumelos (1;12) Acomp -Salada tomate (12) Sobremesa -Fruta	14	A	Sopa – Abóbora Prato – Dourada Grelhada C/Arroz de Legumes (1;4) Acomp -Salada Mista (12) Sobremesa -gelado (7)
	J	Sopa – Feijão branco 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 – Hambúrguer grelhados c/ batatas fritas e ovo estrelado (1;3;6;12) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa -fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Piza (1;7;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;12;14) Acomp -salada tomate (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Caldeirada de lulas (12;14) Acomp – azeitonas (12) Sobremesa -Mousse (7)		J	Sopa – Abóbora Prato –Massa c/ fiambre e cogumelos (1;7) Acomp -Salada Alfaca (12) Sobremesa -Fruta
15	A	Sopa – Cebola Prato – Lasanha de atum c/ legumes (1;4;7) Acomp -Salada de alfaca (12) Sobremesa -Fruta	16	A	Sopa – Feijão vermelho Prato – Bacalhau c/ natas (4;7) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa -Fruta	17	A	Sopa – Abóbora Prato – Rancho (1;12) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa -Fruta	18	A	Sopa – Caldo-Verde Prato – Tentáculos C/Batata e broa no forno (14) Acomp –couve estufada Sobremesa - Fruta	19	A	Sopa –Grão de bico Prato –Esparguete à bolonhesa (1) Acomp -Salada mista (12) Sobremesa - Fruta	20	A	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Solha frita c/ arroz de legumes (1;3;4) Acomp -Salada mista (12) Sobremesa -Fruta	21	A	Sopa – Cebola Prato – Vitela estufada c/ puré e cogumelos (7;12) Acomp –Salada de alfaca (12) Sobremesa -Fruta
	J	Sopa – Cebola Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Feijão vermelho Prato – Esparguete c/ almôndegas (1;3) Acomp –salada alfaca (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (1;3;4) Acomp -Molho-verde (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Caldo-verde Prato – Arroz de frango (1) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Grão-de-bico Prato –Chicharro Grelhado c/ macedónia (4) Acomp -Molho verde (12) Sobremesa - Fruta		J	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Frango estufado c/ batatas 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 – Ervilhas Prato – Bacalhau assado na brasa C/Batatas a murro (4) Acomp –Molho verde (12) Sobremesa -Pudim (3;7)	23	A	Sopa – Grão de bico Prato – Arroz de cabidela de frango (1;12) Acomp – salada mista (12) Sobremesa -Fruta	24	A	Sopa – Abóbora Prato – Atum à brás (3;4) Acomp –Azeitonas (12) Sobremesa -gelatina	25	A	Sopa – Legumes Prato – Arroz de pato (1;12) Acomp –Salada alfaca (12) Sobremesa -Fruta	26	A	Sopa – Alho-francês Prato – Robalo c/ batata no forno (4) Acomp –Molho verde (12) Sobremesa -Fruta	27	A	Sopa – Couve Prato – Feijoada (1;12) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa -Pudim	28	A	Sopa – Legumes Prato – Filetes de Pescada Panados C/Arroz de Legumes (1;3;4) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa -Fruta
	J	Sopa – Ervilhas Prato – Massa de atum (1;4;7) Acomp -Salada Alfaca (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Hambúrguer, batata frita (1;6;12) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Abóbora 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;6;12) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Salsichas, ovo e batatas fritas (3;6;12) Acomp –Ketchup Sobremesa -Fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Costeletas de porco grelhadas c/ massa (1) Acomp –Salada Tomate (12) Sobremesa -Fruta
29	A	Sopa – Couve Prato – Pataniscas de bacalhau c/ grão-de-bico (1;4) Acomp –Molho-verde (12) Sobremesa -Fruta	30	A	Sopa – Abóbora Prato – Rancho (1;12) Acomp – Salada alfaca (12) Sobremesa -Fruta	31	A	Sopa – Grão de bico Prato - Salchichas c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;10) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa -fruta	32	<p>Nota Informativa 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 rijá 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. Tremeço e produtos à base de tremeço 14. Moluscos e produtos à base de molusco 		33	J	Sopa – Couve Prato – Massa com frutos do mar (1;2;3;4;6;14) Acomp -salada tomate (12) Sobremesa -Fruta	J	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (1;3;4) Acomp -Molho-Verde (12) Sobremesa -Fruta	J	Sopa – Grão de bico Prato – Truta de escabeche c/ batatas (4;12) 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