

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO								
1	A	Sopa – Creme Cenoura Prato – Entrecosto c/ batatas no forno (12) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa – Fruta	2	A	Sopa – Nabiças Prato – Massa c/ atum, queijo gratinado no forno (1;4;7) 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, ovo, batatas e feijão-frade (3;4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta	5	A	Sopa – Canja (1;3) Prato – Jardineira (12) Acomp – Pickles (12) Sobremesa- Fruta	6	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Carne de porco à alentejana (12;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Maçã cozida	7	A	Sopa – Cebola Prato – Hambúrgueres grelhados c/ batatas fritas e ovos estrelados (3;6;12) Acomp- Pickles (12) Sobremesa-Fruta
1	J	Sopa – Creme Cenoura Prato – Arroz de lulas (1;12;14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Nabiças Prato – Quiche (1,2,3,4,7,12,14) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Abóbora Prato – Chicharro Grelhado c/macedónia (4) Acomp - Molho verde Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Legumes Prato – Farandóla de carne (1;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Canja Prato – Arroz de legumes c/ Bolos de Bacalhau (1;4) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Grão-de-bico Prato – Rissóis de peixe c/ massa e cogumelos (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Cebola Prato – Penne c/ervilhas, Fiambre e salchichas frita(6;7;10) Salada- Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta						
8	A	Sopa – Feijão branco Prato – Redfish grelhado c/ arroz legumes (1;4) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa-Bavaroise ananás (7)	9	A	Sopa – Alho francês Prato – Febras de porco panadas c/ arroz de ervilhas (1;3) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	10	A	Sopa – Canja (1;3) Prato – Lasanha de frango (1;3;12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Leite-Creme (7)	11	A	Sopa – Legumes Prato – Massa à lavrador (1;12) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	12	A	Sopa – Couve Prato – Bacalhau à Gomes de Sá (3;4;7) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	13	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Esparguete c/ bifés de frango e cogumelos (1;12) Acomp- Salada tomate 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 – Tortilha tenzo (3;4;12) 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;3) Prato – Hambúrguer grelhados c/ batatas fritas e ovo estrelado (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;14) Acomp- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Grão-de-bico Prato – Quiche (1,2,3,4,7,12,14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Mousse (3;7)	J	Sopa – Abóbora Prato – Massa c/ fiambre e cogumelos (1;12) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta						
15	A	Sopa – Cebola Prato – Lasanha de atum c/ legumes (1;3;4;12) Acomp – Salada de alface (12) Sobremesa-Fruta	16	A	Sopa – Couve Prato – Butelo c/ batatas cozidas (12) Acomp – Casulas Sobremesa-Fruta	17	A	Sopa – Abóbora Prato – Chilli de carne (12) Acomp – Arroz branco (1) Sobremesa-Fruta	18	A	Sopa – Caldo-Verde Prato – Empadão de peixes e legumes (3;4;7) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa- Fruta	19	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Esparguete à bolonhesa (1;7;12) Acomp- Salada mista (12) Sobremesa- Fruta	20	A	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Solha frita c/ arroz de legumes (1;4) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	21	A	Sopa – Cebola Prato – Vitela estufada c/ puré e cogumelos (7;12) Acomp – Salada de alface (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Cebola Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Couve Prato – Tortilha tenzo (3;4;12) 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 Alfaca (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 – Frango estufado c/ batatas (12) 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 à Braga (4;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Pudim (3;7)	23	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Arroz c/ salchichas, ovo estrelado (1;3;6;7;10) Acomp – Couve Sobremesa-Fruta	24	A	Sopa – Abóbora Prato – Arroz à brás c/ alho francês (3;4) Acomp – Azeitonas (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 – Feijoada de marisco (1;2;3;4;6;14) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	27	A	Sopa – Couve Prato – Alheiras, chouriças c/ batatas cozidas (1;12) Acomp – Couve Sobremesa-Pudim (3;7)	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 – Lasanha de atum e alho francês (1;3;4) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Grão-de-bico Prato – Farandóla (1) Acomp – Salada Mista(12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Abóbora Prato – Pipis estufados 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/ atum gratinada c/ queijo (1;4;7) Acomp – Salada Alfaca(12) Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Couve Prato – Salsichas, ovo e batatas fritas (1;3;6;7;10) Acomp – Ketchup Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Legumes Prato – Cozido à Portuguesa (1;12) Acomp – Legumes Sobremesa-Fruta						

Aprovada pela Diretora de Serviços _____ (Dr.ª Manuela Miranda) Nota: A ementa poderá ser sujeita a alterações devido a controle de stocks.

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 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