

FEVEREIRO 2023

QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA								
1	A	Sopa – Creme Cenoura Prato – Entrecosto c/ batatas no forno (12) Acomp- Salada alfaca (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) 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,ovos estrelados (3;6;12) Acomp- Pickles (12) Sobremesa-Fruta
	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 (12) 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 – 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 (6;7;10) 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 –Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	10	A	Sopa – Canja (1) Prato – Lasanha de frango (1;7;12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Leite-Creme(3;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/ bifes de frango e cogumelos(1;7) 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 – 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) 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) Acomp-Salada Alfaca(12) Sobremesa-Fruta
15	A	Sopa – Cebola Prato – Lasanha de atum c/ legumes (1;4;7;12) Acomp- Salada de alfaca (12) Sobremesa-Fruta	16	A	Sopa – Couve Prato – Massa de atum c/ queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp – Pickles (12) 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 peixe e legumes (3;4;7;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa- Gelatina	19	A	Sopa – Grão de bico Prato –Esparguete à bolonhesa (1;12) 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 – Butelo c/ batatas cozidas (12) Acomp –Casulas Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Cebola Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Tortilha tenzo (3;4;12) Acomp –Salada alfaca (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;12) 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 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 – Massa c/ almôndegas(1;3;6) Acomp – Salada mista(12) Sobremesa-Fruta	24	A	Sopa – Abóbora Prato – Atum à brás c/ alho francês (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 – Feijoadade 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;4;7) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Farandóla (12) 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 – Massa de frango (1) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta

Nota Informativa

A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:

- Cereais que contenham glúten
- Crustáceos e produtos à base de crustáceos
- Ovos e produtos à base de ovo
- Peixes e produtos à base de peixe
- Amendoins e produtos à base de amendoins
- Soja e produtos à base de soja
- Leite e produtos à base de leite
- Frutos de casca rija
- Aipo e produtos à base de aipo
- Mostarda e produtos à base de mostarda
- Sementes de sésamo e produtos à base de sésamo
- Dióxido de enxofre e sulfitos
- Tremoço e produtos à base de tremoço
- Moluscos e produtos à base de molusco

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