

| SEXTA-FEIRA | | SÁBADO | | DOMINGO | | SEGUNDA-FEIRA | | TERÇA-FEIRA | | QUARTA-FEIRA | | QUINTA-FEIRA | | | | | | | | |
|-------------|---|--|----|---------|--|---------------|--|--|----|--------------|---|--------------|---|--|----|---|--|----|---|--|
| 1 | A | Sopa – Abóbora Prato – Massa de atum c/ queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Gelatina | 2 | A | Sopa – Nabiças Prato –Jardineira (12) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta | 3 | A | Sopa – Grão de bico Prato – Massa à bolonhesa (12) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta | 4 | A | Sopa – Abóbora Prato – Arroz de cabidela (1;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Maçã cozida | 5 | A | Sopa – Creme de ervilhas Prato – Empadão de carne (3;7) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta | 6 | A | Sopa – Grão-de-bico Prato – Arroz à valenciana (1;12) 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 – Abóbora Prato – Chicharro Grelhado c/macedónia (4) Acomp - Molho verde Sobremesa-Fruta | | J | Sopa – Nabiças Prato – Omelete de cebola e salsa c/ arroz legumes (1;3) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta | | J | Sopa – Grão de bico Prato – Quiche (3;7;12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Fruta | | J | Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (4) Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta | | J | Sopa – Creme de ervilhas 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 – Abóbora Prato – Penne c/ervilhas, Fiambre e salchichas (1;6;12) Salada-Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta |
| 8 | A | Sopa – Feijão branco Prato –Redfish c/ batatas no forno (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) Acomp – Salada mista (3) 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 – Pataniscas de bacalhau c/ grão-de-bico (3;4) Acomp –Molho-verde 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;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;12;14) Acomp- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta | | J | Sopa – Grão de bico Prato – Quiche (3;7;12) Acomp -Azeitonas (12) Sobremesa-Mousse (3;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/ queijo gratinado no forno (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 – Canja (1) Prato – Cordeiro c/ batatas no forno (12) Acomp- Salada alfaca (12) Sobremesa – Pudim ovos (3;7) | 18 | A | Sopa – Caldo-Verde Prato – Tentáculos C/Batata no forno (14) Acomp –couve estufada Sobremesa-Fruta | 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 –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;12;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta | | J | Sopa – Feijão vermelho Prato – Esparguete c/ almôndegas (1;12) Acomp –salada alfaca (12) Sobremesa-Fruta | | J | Sopa – Canja (1) Prato – Arroz de legumes c/ bolos de bacalhau (1;4) Acomp -Azeitonas (12) 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 (12) Sobremesa-Fruta |
| 22 | A | Sopa – Ervilhas Prato – Bacalhau assado na brasa C/Batatas a murro (4) Acomp –Molho verde 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 – Feijoada de marisco (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta | 27 | A | Sopa – Couve Prato – Alheiras, chouriças c/ batatas cozidas (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 – Massa de atum (1;4) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta | | J | Sopa – Grão de bico Prato – Tortilha tenzo (1;3;7;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 gratinado c/ queijo (1;4;7) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta | | J | Sopa – Couve Prato – Salsichas, ovo e batatas fritas (3;6;7;10) 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;3;4) Acomp –Molho-verde Sobremesa-Fruta | 30 | A | Sopa – Abóbora Prato – Feijoada (12) Acomp – Arroz branco (1) Sobremesa-Fruta | | <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 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. Tremeço e produtos à base de tremeço 14. Moluscos e produtos à base de molusco | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | J | Sopa – Couve Prato – Massa com frutos do mar (1;2;3;4;6;12;14) Acomp- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta | 0 | J | Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (4) Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta | | | | | | | | | | | | | | | |

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