

DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO								
1	A	Sopa – Creme Cenoura Prato – Arroz de pato (1;12) Acomp- Azeitonas (12) Sobremesa – Fruta	2	A	Sopa – Nabiças Prato –Massa c/ atum, queijo gratinado no forno (4;7) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	3	A	Sopa – Abóbora Prato – Entrecosto c/ batatas no forno Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Gelatina	4	A	Sopa – Legumes Prato – Salchichas à brás (3;6;7;10) Acomp – Maionese (3;12) Sobremesa-Fruta	5	A	Sopa – Canja (1) Prato – Empadão de peixes e legumes Acomp – Pickles 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 – Barriga grelhada c/ batatas fritas Acomp- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Creme Cenoura Prato – Salada russa c/ delicias (2;3;4;6;12;14) Acomp -Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Nabiças Prato – Cachorros (6;7;10) Acomp-Batata frita palha 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 (3;6;7;10) Salada- Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa – Feijão branco Prato – Salmão 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) Acomp –Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	10	A	Sopa – Canja (1) Prato – Lasanha de frango (1;7;12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Leite-Creme	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 (1;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 (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 – Hamburguer grelhados c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;12) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Piza (1;7;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Arroz c/ omelete de cebola e atum (1;3;4) 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 de bacalhau (1;4) Acomp-Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta
15	A	Sopa – Cebola Prato – Frango c/ batatas no forno (12) Acomp- Salada de alface (12) Sobremesa-Fruta	16	A	Sopa – Feijão vermelho Prato – Bacalhau c/ natas (3;7) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	17	A	Sopa – Abóbora Prato – Chilli de carne (12) Acomp – Arroz branco (1) Sobremesa-Fruta	18	A	Sopa – Caldo-Verde Prato – Tentáculos C/Batata no forno (14) Acomp –couve estufada Sobremesa- Fruta	19	A	Sopa – Grão de bico Prato – Lasanha de atum e alho francês (1;4;7) 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 – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Salada Mista Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Cebola Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Salada Mista Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Feijão vermelho Prato – Esparguete c/ almôndegas (1;6) 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 c/ moelas estufadas (1;12) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão-de-bico Prato –Salada russa c/ pescada desfiada (4) Acomp – Maionese (3;12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Cachorros (6;7;10) Acomp – Batata palha 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 espanhola (4) Acomp – azeitonas (12) Sobremesa-Pudim (3;7)	23	A	Sopa – Grão de bico Prato – Arroz de carne (1;12) 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 alface (12) Sobremesa-Fruta	26	A	Sopa – Alho-francês Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	27	A	Sopa – Couve Prato – Strogonof de frango c/ arroz (1;7) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Pudim (3;7)	28	A	Sopa – Legumes Prato – Filetes de Pescada Panados C/Arroz de Legumes (1;3;4) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Ervilhas Prato – Farandóla (1;12) Acomp-Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Tortilha tenzo (4;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 Alface (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	31	A	Sopa – Grão de bico Prato – Massa à bolonhesa (1;12) Acomp – Salada Alface (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>1.Cereais que contenham glúten</li> <li>2.Crustáceos e produtos à base de crustáceos</li> <li>3. Ovos e produtos à base de ovo</li> <li>4. Peixes e produtos à base de peixe</li> <li>5. Amendoins e produtos à base de amendoins</li> <li>6. Soja e produtos à base de soja</li> <li>7. Leite e produtos à base de leite</li> <li>8. Frutos de casca rija</li> <li>9. Aipo e produtos à base de aipo</li> <li>10. Mostarda e produtos à base de mostarda</li> <li>11. Sementes de sésamo e produtos à base de sésamo</li> <li>12. Dióxido de enxofre e sulfitos</li> <li>13. Tremeço e produtos à base de tremeço</li> <li>14. Moluscos e produtos à base de molusco</li> </ol>											
	J	Sopa – Couve Prato – Massa com frutos do mar (1;2;3;4;6;12;14) Acomp- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (4) Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Quiche (3;7;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.