

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO								
1	A	Sopa: Feijão branco Prato: Arroz de pato 6;12 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	2	A	Sopa: Creme de cenoura Prato: Bacalhau à brás 3;4 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	3	A	Sopa: Camponesa 12 Prato: Frango grelhado c/ massa fusilli 1;3 Acomp.: Salada pepino e tomate 12 Sobremesa: Leite creme 1;3;7	4	A	Sopa: Couve-lombarda Prato: Feijoada marisco c/ arroz 2;3;4;12;14 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	5	A	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Jardineira 12 Acomp.: Salada alface e cenoura 12 Sobremesa: Fruta da época	6	A	Sopa: Ervilhas 12 Prato: Massada de peixe 1;2;3;4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	7	A	Sopa: Abóbora Prato: Costeletas porco grelhadas c/ arroz legumes 12 Acomp.: Salada beterraba e cenoura 12 Sobremesa: Fruta da época
	J	Sopa: Feijão branco Prato: Massa deatum1;3;4;12 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Maçã assada		J	Sopa: Creme de cenoura Prato: Arroz de salsichas c/ ervilhas 6;12 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Camponesa 12 Prato: Empadão de peixe e legumes 3;4;7 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Couve-lombarda Prato: Coelho estufado c/ massa esparguete1;3;12 Acomp.: Brócolos cozidos 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Salmão grelhado c/ arroz de feijão 4 Acomp.: Salada de mista 12 Sobremesa: Pera cozida		J	Sopa: Ervilhas12 Prato: Peru c/ batatas assadas 12 Acomp.: Curgete assada Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Abóbora Prato: Lombo cavala estufado c/ massa e pimentos 1;3;4;12 Acomp.: Salada pepino 12 Sobremesa: Fruta da época
8	A	Sopa: Cebola Prato: Caldeirada de lulas 12;14 Acomp.: Cenoura cozida 12 Sobremesa: Maçã cozida	9	A	Sopa: Feijão frade e couve Prato: Bife de frango grelhado c/ massa 1;3;12 Acomp.: Salada primavera 12 Sobremesa: Fruta da época	10	A	Sopa: Brócolos 12 Prato: Peixe vermelho grelhado c/ arroz de feijão 4 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Gelatina	11	A	Sopa: Alho francês12 Prato: Ovo cozido c/ atum e batata cozida 3;4;12 Acomp.: Feijão verde12 Sobremesa: Fruta da época	12	A	Sopa: Feijão verde 12 Prato: Filete pescada estufado c/ massa 1;3;4 Acomp.: Pimento estufado 12 Sobremesa: Fruta da época	13	A	Sopa: Creme de legumes 12 Prato: Strogonoff de carne de porco c/ arroz 6;7 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Pera cozida	14	A	Sopa: Caldo-verde Prato: Sardinha assada c/ batatas cozidas 4 Acomp.: Pimentos 12 Sobremesa: Fruta
	J	Sopa: Cebola Prato: Vitela estufada c/ arroz de ervilhas 12 Acomp.: Salada couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Feijão frade e couve Prato: Caldeirada bacalhau 4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Brócolos 12 Prato: Massa à bolonhesa 1;3;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Alho francês 12 Prato: Carapau assado c/ arroz de ervilhas 4;12 Acomp.: Couve-flor cozida 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Feijão verde 12 Prato: Coelho c/ batatas assadas 12 Acomp.: Couve-lombarda e cenoura cozidos 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Creme de legumes 12 Prato: Lasanha de atum 1;3;4;7 Acomp.: Salada de pepino e tomate 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Caldo-verde Prato: Bife de frango grelhado c/ arroz de lentilhas Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época
15	A	Sopa: Repolho Prato: Espetadas de aves c/ massa fusilli de tomate 1;3 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época	16	A	Sopa: Grão-de-bico Prato: Solha frita c/ arroz de legumes 1;3;4 Acomp.: Salada couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época	17	A	Sopa: Legumes Prato: Carne de porco à alentejana 12;14 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época	18	A	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Massa de bacalhau 1;3;4 Acomp.: Salada mista12 Sobremesa: Salada de frutas 12	19	A	Sopa: Feijão vermelho Prato: Strogonoff de frango c/ arroz 6;7;10 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Pera cozida	20	A	Sopa: Primavera 12 Prato: Caldeirada peixe 4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	21	A	Sopa: Creme de abóbora Prato: Febras de porco grelhadas c/ massa 1;3 Acomp.: Salada tomate 12 Sobremesa: Fruta da época
	J	Sopa: Repolho Prato: Chicharro grelhado c/ todos 4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Maçã assada		J	Sopa: Grão-de-bico Prato: Massa de vitela 1;3 Acomp.: Salada alface e cenoura 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Legumes Prato: Pescada grelhada c/ arroz de lentilhas 4 Acomp.: Salada de pepino 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Coelho estufado c/ batata cozida e ervilhas 12 Acomp.: Brócolos e cenoura 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Feijão vermelho Prato: Coelho grelhado c/ massa farfalle 1;3;4 Acomp.: Pimento grelhado 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Primavera 12 Prato: Hambúrguer vitela grelhado c/ arroz1;3;6;10;12 Acomp.: Salada couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Creme de abóbora Prato: Tentáculos de pota c/ batata no forno 12;14 Acomp.: Couve-flor assada 12 Sobremesa: Fruta da época
22	A	Sopa: Espinafres Prato: Dourada grelhada c/ arroz de grão-de-bico 4 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Maçã cozida	23	A	Sopa: Lentilhas vermelhas Prato: Empadão de carne 3;7 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	24	A	Sopa: Couve Prato: Trutas grelhadas c/ massa 1;3;4 Acomp.: Salada pepino 12 Sobremesa: Pudim Flan 3;7	25	A	Sopa: Favas 12 Prato: Ovos mexidos c/ fiambre e arroz legumes 3;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	26	A	Sopa: Creme de curgete Prato: Salada russa c/atum 3;4;6;12;14 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	27	A	Sopa: Agrião 12 Prato: Rancho 1;6;12 Acomp.: Couve-lombarda cozida 12 Sobremesa: Fruta da época	28	A	Sopa: Portuguesa 12 Prato: Abótea estufada c/ arroz 4 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época
	J	Sopa: Espinafres Prato: Coelho assado com massa de legumes 1;3;12 Acomp.: Curgete assada 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Lentilhas vermelhas Prato: Arroz de atum 4;12 Acomp.: Salada alface/couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Couve Prato: Almôndegas estufadas c/ puré de batata 3;6;7;12 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Favas 12 Prato: Chicharro assado c/ massa penne 1;3;4 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Creme de curgete Prato: Arroz de frango Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Pera cozida		J	Sopa: Agrião 12 Prato: Maruca estufada c/ batata cozida 4;12 Acomp.: Brócolos cozidos 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Portuguesa 12 Prato: Peru estufado c/ massa rigatoni 1;3 Acomp.: Legumes estufado 12 Sobremesa: Fruta da época
29	A	Sopa: Couve-flor12 Prato: Alheira c/ batata cozida 1;6;12 Acomp.: Grelhos cozidos 12 Sobremesa: Fruta da época	30	A	Sopa: Creme de ervilhas12 Prato: Salmão assado c/ massa penne 1;3;4 Acomp.: Couve-flor assada 12 Sobremesa: Fruta da época	31	A	Sopa: Tomate Prato: Arroz à valenciana 2;4;6;12;14 Acomp.: Salada alface e cenoura 12 Sobremesa: Gelatina	<p><b>Nota Informativa</b></p> <p>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. Tremçoço e produtos à base de tremçoço</li> <li>14. Moluscos e produtos à base de molusco</li> </ol>											
	J	Sopa: Couve-flor 12 Prato: Pescada gratinada c/ arroz de feijão 4;6;7 Acomp.: Salada alface e cenoura 12 Sobremesa: Maçã assada		J	Sopa: Creme de ervilhas 12 Prato: Peru grelhado c/ batata cozida 12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Tomate Prato: Massa de marisco e legumes 1;2;3;4;6;12;14 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época												

Nota: A ementa poderá ser sujeita a alterações devido a controle de stocks.

Aprovada pela Diretora de Serviços \_\_\_\_\_ (Dr.ª Manuela Miranda)