

TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA								
1	A	Sopa – Abóbora Prato – Cozido à portuguesa (12) Acomp – Legumes Sobremesa- Gelatina	2	A	Sopa – Nabiças Prato –Lasanha de atum c/ legumes (1;4) Acomp – Pickles (12) Sobremesa- Fruta	3	A	Sopa – Grão de bico Prato – Massa à bolonhesa (1;12) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa- Fruta	4	A	Sopa – Canja (1) Prato – Caldeirada de Cordeiro (1;12) Acomp- Salada alfaca (12) Sobremesa-Leite-creme (3;7)	5	A	Sopa – Creme de ervilhas Prato – Jardineira (12) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	6	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Arroz de frango (1) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Maçã cozida	7	A	Sopa – Cebola Prato – Costeletas grelhadas c/ batatas fritas; 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; arroz legumes (1;3) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Quiche (3;12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Canja (1) Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Creme ervilhas Prato – Salada russa 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 (1;6;7;10) Salada- Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa – Feijão branco Prato –Dourada c/ batatas no forno (4) Acomp – Salada alfaca (12) Sobremesa-Bavaroise ananás	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) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Leite-Creme (3;7)	11	A	Sopa – Legumes Prato – Rancho (12) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	12	A	Sopa – Creme de ervilhas 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) Acomp- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta	14	A	Sopa – Abóbora Prato – Salmão Grelhado C/Arroz de Legumes (1;4) Acomp - Salada Mista (12) Sobremesa- Gelado (12)
	J	Sopa – Feijão branco Prato – Tortilha tenzo (3) 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) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;12;14) Acomp- Salada tomate Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Quiche (3) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Mousse (3;7)		J	Sopa – Abóbora Prato –Massa c/ fiambre, cogumelos, queijo gratinado (1;7) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta
15	A	Sopa – Cebola Prato – Lasanha de atum c/ legumes (1;4) 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 – 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 –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;4) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	21	A	Sopa – Cebola Prato – Barriga grelhada c/ macedónia Acomp –Salada de alfaca (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Cebola Prato – Arroz c/ omelete de cebola e salsa (1;3) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Feijão vermelho Prato – Esparguete c/ almôndegas (1;3) 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) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão-de-bico Prato -Chicharro Grelhado; macedónia (4) Acomp. Molho verde Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Frango estufado c/ batatas Acomp-Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Cebola Prato – Massa; rissóis de peixe (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta
22	A	Sopa – Ervilhas Prato – Bacalhau à brás (3;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 – Entrecosto c/ batatas no forno (12) Acomp –Azeitonas (12) Sobremesa- Gelatina	25	A	Sopa – Legumes Prato – Arroz pato (1;12) Acomp –Salada alfaca (12) Sobremesa-Fruta	26	A	Sopa – Alho-francês Prato – Feijoada de marisco (2;3;4;6;12;14) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	27	A	Sopa – Couve Prato – Empadão carne (3;7) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Pudim (3;7)	28	A	Sopa – Legumes Prato – Filetes de Pescada Panados C/Arroz 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) 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; 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 – Hambúrgueres c/ massa (1;6;12) Acomp –Salada Tomate (12) Sobremesa-Fruta
29	A	Sopa – Couve Prato – Massa lavrador (1;12) Acomp –Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	30	A	Sopa – Abóbora Prato – Frango c/ batatas no forno Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta	31	<p>Nota Informativa A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <ul 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. Tremoço e produtos à base de tremoço 14. Moluscos e produtos à base de molusco 		32	A	Sopa – Couve Prato – Salada russa com frutos do mar (2;3;4;6;12;14) Acomp- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta	33	J	Sopa – Couve Prato – Salada alfaca (12) Sobremesa-Fruta	34	J	Sopa – Couve Prato – Salada alfaca (12) Sobremesa-Fruta	35	J	Sopa – Couve Prato – Salada alfaca (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.