

SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		
1	A	Sopa: Feijão branco 12 Prato: Arroz de pato 6;12 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Creme de cenoura 12 Prato: Bacalhau à brás 3;4 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Camponesa 12 Prato: Frango grelhado c/ massa fusilli 1;3 Acomp.: Salada de pepino e tomate 12 Sobremesa: Leite creme 1;3;7	A	Sopa: Couve-lombarda Prato: Feijoada marisco c/ arroz 2;3;4;12;14 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Jardineira 12 Acomp.: Salada de alface e cenoura 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Ervilhas 12 Prato: Massada de peixe 1;2;3;4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Abóbora Prato: Costeletas porco grelhadas c/ arroz legumes 12 Acomp.: Salada de beterraba e cenoura 12 Sobremesa: Fruta da época
	J	Sopa: Feijão branco 12 Prato: Massa deatum 1;3;4;12 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Maçã assada	J	Sopa: Creme de cenoura 12 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 esparguete 1;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: Ervilhas 12 Prato: Peru c/ batatas assadas 12 Acomp.: Curgete assada Sobremesa: Fruta da época	J	Sopa: Abóbora Prato: Lombo cavala estufado c/ massa 1;3;4;12 Acomp.: Salada de pepino 12 Sobremesa: Fruta da época
8	A	Sopa: Cebola Prato: Caldeirada de lulas 12;14 Acomp.: Cenoura cozida 12 Sobremesa: Maçã cozida	A	Sopa: Feijão frade e couve 12 Prato: Bife de frango grelhado c/ massa 1;3;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Brócolos 12 Prato: Peixe vermelho grelhado c/ arroz de feijão 4 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Gelatina	A	Sopa: Alho francês 12 Prato: Ovo cozido c/ atum e batata cozida 3;4;12 Acomp.: Feijão verde 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Feijão verde 12 Prato: Filete pescada estufado c/ massa 1;3;4 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Creme de legumes 12 Prato: Strogonoff de carne de porco c/ arroz 6;7 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Pera cozida	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 de couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época	J	Sopa: Feijão frade e couve Prato: Salada russa 3;4;6;12;14 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 assada 12 Sobremesa: Fruta da época	J	Sopa: Feijão verde 12 Prato: Coelho c/ batatas assadas 12 Acomp.: Brócolos assados 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	A	Sopa: Grão-de-bico 12 Prato: Solha frita c/ arroz de legumes 1;3;4 Acomp.: Salada couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Legumes Prato: Carne de porco à alentejana 12;14 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Massa de bacalhau 1;3;4 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Salada frutas 12	A	Sopa: Feijão vermelho 12 Prato: Strogonoff de frango c/ arroz 6;7;10 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Pera cozida	A	Sopa: Primavera 12 Prato: Caldeirada peixe 4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Creme de abóbora Prato: Febra de porco grelhadas c/ massa 1;3 Acomp.: Salada de 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 12 Prato: Massa de vitela 1;3 Acomp.: Salada de 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.: Cenoura cozida 12 Sobremesa: Fruta da época	J	Sopa: Feijão vermelho 12 Prato: Salmão grelhado c/ massa farfalle 1;3;4 Acomp.: Pimentos 12 Sobremesa: Fruta da época	J	Sopa: Primavera 12 Prato: Hambúrguer vitela grelhado c/ arroz 1;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 12 Prato: Dourada grelhada c/ arroz de grão-de-bico 4 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Maçã cozida	A	Sopa: Lentilhas vermelhas 12 Prato: Empadão de carne 3;7 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Couve Prato: Trutas grelhadas c/ massa 1;3;4 Acomp.: Salada de pepino 12 Sobremesa: Pudim Flan 3;7	A	Sopa: Favas 12 Prato: Ovos mexidos c/ fiambre e arroz legumes 3;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Favas 12 Prato: Caldeirada bacalhau 4;12 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Primavera 12 Prato: Hambúrguer vitela grelhado c/ arroz 1;3;6;10;12 Acomp.: Salada couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Portuguesa 12 Prato: Abrótea estufada c/ arroz 4 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época
	J	Sopa: Espinafres 12 Prato: Coelho assado com massa de legumes 1;3;12 Acomp.: Curgete assada 12 Sobremesa: Fruta da época	J	Sopa: Lentilhas vermelhas 12 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: Primavera 12 Prato: Hambúrguer vitela grelhado c/ arroz 1;3;6;10;12 Acomp.: Salada couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época	J	Sopa: Portuguesa 12 Prato: Peru estufado c/ massa rigatoni 1;3 Acomp.: Legumes estufados 12 Sobremesa: Fruta da época
29	A	Sopa: Couve-flor 12 Prato: Alheira c/ batata cozida 1;6;12 Acomp.: Couve cozida 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Creme de ervilhas 12 Prato: Salmão assado c/ massa penne 1;3;4 Acomp.: Couve-flor assada 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Tomate Prato: Arroz à valenciana 2;4;6;12;14 Acomp.: Salada de alface e cenoura 12 Sobremesa: Gelatina	A	<i>Nota Informativa</i> A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios: 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	A	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. Tremçoço e produtos à base de tremçoço 14. Moluscos e produtos à base de molusco	A	Sopa: Primavera 12 Prato: Hambúrguer vitela grelhado c/ arroz 1;3;6;10;12 Acomp.: Salada couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época	A	Sopa: Portuguesa 12 Prato: Peru estufado c/ massa rigatoni 1;3 Acomp.: Legumes estufados 12 Sobremesa: Fruta da época
	J	Sopa: Couve-flor 12 Prato: Pescada gratinada c/ arroz de feijão 4;6;7 Acomp.: Salada de alface e cenoura 12 Sobremesa: Maçã assada	J	Sopa: Creme de ervilhas 12 Prato: Bife de 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	J		J		J	Sopa: Primavera 12 Prato: Hambúrguer vitela grelhado c/ arroz 1;3;6;10;12 Acomp.: Salada couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época	J	Sopa: Portuguesa 12 Prato: Peru estufado c/ massa rigatoni 1;3 Acomp.: Legumes estufados 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)