

		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO						
1	A	Sopa – Creme Cenoura Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa – Fruta	2	A	Sopa – Nabiças Prato – Massa c/ atum, queijo gratinado no forno (1;4;7) Acomp – Pickles (12) Sobremesa- Fruta	3	A	Sopa – Abóbora Prato – Entrecosto c/ batatas no forno (12) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Gelatina	4	A	Sopa – Legumes Prato – Salchichas à brás (3;6;12) Acomp – Maionese (3) Sobremesa- Fruta	5	A	Sopa – Canja (3) Prato – Empadão de peixes e legumes (3;4;7) Acomp – Pickles (12) Sobremesa- Fruta	6	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Jardineira (12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Maçã cozida	7	A	Sopa – Cebola Prato – Rodízio de carnes c/ batatas fritas Acomp- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Creme Cenoura Prato – Salada russa c/ delícias (1;2;3;4;6;14) Acomp – Maionese (3) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Nabiças Prato – Pizza (1;7;12) Acomp- Salada mista (12) 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 (3) 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(1;6;12) Salada- Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa – Feijão branco Prato – Salmão grelhado c/ batata cozida (4) Acomp – Salada alface (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 (3) Prato – Coentrada de pé de porco c/ batata cozida Acomp –Azeitonas (12) Sobremesa- Leite-Creme (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 (1;4) Acomp – Molho-verde Sobremesa-Fruta	13	A	Sopa – Grão de bico Prato – Massa à bolonhesa (1;12) 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 (3) Prato – Hambúrguer 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;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa- Mousse (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 Acomp-Salada de alface (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 – Red-Fish C/Batata no forno (4) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-	19	A	Sopa – Grão de bico Prato – Solha frita c/ arroz de legumes (1;3;4) 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 – Lasanha de frango (1;7;12) Acomp-Salada de alface(12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Cebola Prato – Arroz legumes c/ rissóis de marisco (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Feijão vermelho Prato – Esparguete c/ almôdegas (1) 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 – Feijão frade, atum, ovo cozido (3;4) Acomp – Molho verde Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Creme de Cenoura Prato – Cachorros (6;7;10) Acomp – Batata palha Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Cebola Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta
22	A	Sopa – Ervilhas Prato – Leitão/Perú assado c/ batata frita Acomp – salada mista (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 (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 – Feijoada de marisco (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 (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 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 carbonara (1;7) Acomp – Salada Alface(12) Sobremesa-Fruta	<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. Alpo e produtos à base de alpo 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 											
	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/ salada russa (4) Acomp- Maionese (3) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Quiche (3) 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.