

QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA								
1	A	Sopa – Abóbora Prato – Cozido à legumes Sobremesa- Gelatina	2	A	Sopa – Nabiças Prato – Lasanha de atum c/ alho francês (1;4;7) Acomp – Pickles (12) Sobremesa- Fruta	3	A	Sopa – Grão de bico Prato – Feijoada (12) Acomp – Arroz branco (1) Sobremesa-Fruta	4	A	Sopa – Canja (1) Prato – Caldeirada de cordeiro (12) Acomp- Salada alface (12) Sobremesa-Leite-creme(7)	5	A	Sopa – Creme de ervilhas Prato – Empadão de carne (3;7;12) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	6	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Maçã cozida	7	A	Sopa – Cebola Prato – Costeletas grelhadas c/ batatas fritas e 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 c/ arroz legumes (1;3) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Quiche (3) 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 de ervilhas 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;7;10) Salada-Azeitonas Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa – Feijão branco Prato – Redfish c/ batatas no forno (4) Acomp – Salada alface (12) Sobremesa-Bavaroise ananás (7)	9	A	Sopa – Alho francês Prato – Febras de porco panadas c/ arroz de ervilhas (1;3) Acomp –Azeitonas; Sobremesa-Fruta	10	A	Sopa – Canja (1) Prato – Lasanha de frango (1;7;12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Leite-Creme (7)	11	A	Sopa – Alho francês Prato – Massa à lavrador(1) 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;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 (1;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 Alface(12) Sobremesa-fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Piza (1;7;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;12;14) Acomp- Salada tomate(12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Quiche (3) Acomp - Azeitonas Sobremesa- Mousse (7)		J	Sopa – Abóbora Prato – Massa c/ fiambre e cogumelos (1) Acomp-Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta
15	A	Sopa – Cebola Prato – Massa de atum c/ cogumelos e queijo gratinado (1;4;7) 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 – 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 – Vitela estufada c/ puré e cogumelos (7;12) Acomp –Salada de alface (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Cebola Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Feijão vermelho Prato – Esparguete c/ almôndegas (1;3) 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 de frango (1;12) Acomp – Salada Alface (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão-de-bico Prato -Chicharro Grelhado c/ 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 c/ rissóis de peixe (1;4) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta
22	A	Sopa – Ervilhas Prato – Bacalhau assado na brasa C/Batatas a murro (4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Pudim	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 – 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 (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	27	A	Sopa – Couve Prato – Coentrada de pé, orelha de porco c/ batata cozida (12) Acomp – Azeitonas (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 – Massa de atum (1;4) 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 (12) Acomp –Salada mista 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 de carne (1;12) 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 – Strogonoff de carne de porco (7) Acomp – Arroz branco (1) Sobremesa-Fruta	31	<p>Nota Informativa A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <ol 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	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							

Aprovada pela Diretora de Serviços _____ (Dr.ª Manuela Miranda) Nota: A ementa poderá ser sujeita a alterações devido a controle de stocks.