

DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO								
1	A	Sopa: Couve e grão-de-bico Prato: Abrótea grelhada c/ batata cozida 4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	2	A	Sopa: Legumes Prato: Barriga de porco c/ massa penne 1;3 Acomp.: Salada de pepino e tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	3	A	Sopa: Agrião e feijão branco 12 Prato: Arroz de lulas 12;14 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	4	A	Sopa: Nabo Prato: Bifes de vitela c/ cebolada e batata cozida 12 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	5	A	Sopa: Feijão branco Prato: Rissóis de peixe c/ massa esparguete 1;3;4 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Maçã cozida	6	A	Sopa: Creme de cenoura Prato: Entrecosto grelhado c/ arroz de couve Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	7	A	Sopa: Camponesa 12 Prato: Pescada cozida c/ batata cozida 4;12 Acomp.: Feijão verde cozido 12 Sobremesa: Barb. ananás 7
	J	Sopa: Couve e grão-de-bico Prato: Bife de frango c/ cogumelos e arroz 12 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Legumes Prato: Bacalhau grelhado c/ batatas a murro 4;12 Acomp.: Curgete assada 12 Sobremesa: Pera cozida		J	Sopa: Agrião e feijão branco 12 Prato: Pipis estufados c/ massa 1;3;12 Acomp.: Brócolos assados 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Nabo Prato: Carapau grelhado c/ arroz de legumes 4 Acomp.: Couve roxa e cebola 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Feijão branco Prato: Moelas estufadas c/ batata cozida 12 Acomp.: Salada de pepino 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Creme de cenoura Prato: Cavala grelhada c/ massa de tomate 1;3;4 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Camponesa 12 Prato: Arroz de pato 6;12 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época
8	A	Sopa: Couve-lombarda Prato: Ovos mexidos c/ massa 1;3 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	9	A	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Corvina estufada c/ arroz de legumes 4 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	10	A	Sopa: Ervilhas 12 Prato: Coelho estufado c/ puré de legumes 4 Acomp.: Brócolos cozidos 12 Sobremesa: Pera cozida	11	A	Sopa: Abóbora Prato: Bacalhau cozido c/ grão 4 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Leite creme c/ maçã 1;3;7;12	12	A	Sopa: Cebola Prato: Frango assado c/ arroz de cogumelos 12 Acomp.: Salada de pepino e tomate 12 Sobremesa: Fruta da época	13	A	Sopa: Feijão frade e couve Prato: Caldeirada de lulas 12;14 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	14	A	Sopa: Brócolos 12 Prato: Massa de lavrador 1;3;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época
	J	Sopa: Couve-lombarda Prato: Carapaus grelhados c/ macedónia 4;12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Hambúrguer de aves grelhado c/ massa 1;3;6;10;12 Acomp.: Salada de pepino e couve roxa 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Ervilhas 12 Prato: Arroz de tentáculos 14 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Abóbora Prato: Febras de porco grelhadas c/ batata cozida 12 Acomp.: Cenoura cozida 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Cebola Prato: Omelete de cebola e atum c/ arroz de feijão 3;4;12 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Maçã assada		J	Sopa: Feijão frade e couve Prato: Bifana de porco grelhada c/ arroz 12 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Brócolos 12 Prato: Massa de atum 1;3;4;12 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época
15	A	Sopa: Alho francês 12 Prato: Filetes de pescada estufados c/ arroz de tomate 4 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	16	A	Sopa: Feijão verde 12 Prato: Francesinha c/ batatas fritas 3;6;7;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Pera cozida	17	A	Sopa: Creme de legumes 12 Prato: Peixe vermelho estufado c/ massa rigatoni 1;3;4 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Mousse chocolate 3;6;7;12	18	A	Sopa: Juliana 12 Prato: Arroz de carne 12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	19	A	Sopa: Repolho Prato: Bacalhau à espanhola 4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Maçã cozida	20	A	Sopa: Grão-de-bico Prato: Entrecosto assado c/ massa rigatoni 1;3 Acomp.: Curgete assada 12 Sobremesa: Fruta da época	21	A	Sopa: Legumes Prato: Pescada estufada c/ arroz de feijão 4 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época
	J	Sopa: Alho francês 12 Prato: Massa de coelho 1;3;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Feijão verde 12 Prato: Chicharro grelhado c/ arroz de ervilhas 4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Creme de legumes 12 Prato: Jardineira de frango 12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Juliana 12 Prato: Lasanha de atum c/ alho francês 1;3;4;12 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Repolho Prato: Peru estufado c/ arroz primavera 12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Grão-de-bico Prato: Atum à brás c/ alho francês 3;4;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Legumes Prato: Coelho grelhado c/ massa de tomate 1;3 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época
22	A	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Almondéguas de aves c/ batata cozida 3;6;7;12 Acomp.: Brócolos cozidos 12 Sobremesa: Fruta da época	23	A	Sopa: Caldo-verde Prato: Sardinha assada c/ batatas cozidas 4 Acomp.: Pimentos 12 Sobremesa: Fruta da época	24	A	Sopa: Primavera 12 Prato: Feijoada c/ arroz simples 12 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época	25	A	Sopa: Creme de abóbora Prato: Corvina assada c/ batatas assadas 4;12 Acomp.: Couve-flor assada 12 Sobremesa: Fruta da época	26	A	Sopa: Espinafres Prato: Massa de salsichas de aves 1;3;6;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época	27	A	Sopa: Lentilhas vermelhas Prato: Dourada grelhada c/ arroz de cenoura 4 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época	28	A	Sopa: Couve Prato: Empadão de frango 3;7 Acomp.: Salada de couve roxa e pepino 12 Sobremesa: Pudim Flan 3;7
	J	Sopa: Canja de galinha 1;3 Prato: Solha grelhada c/ arroz de legumes 4 Acomp.: Salada de pepino 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Caldo-verde Prato: Vitela estufada c/ puré e cogumelos 7;12 Acomp.: Couve-flor cozida 12 Sobremesa: Pera cozida		J	Sopa: Primavera 12 Prato: Massa c/ delícias e queijo gratinado 1;3;4;7;12 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Creme de abóbora Prato: Peito de frango cozido c/ arroz de brócolos 12 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Espinafres Prato: Bacalhau com natas 4;6;7;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Maçã assada		J	Sopa: Lentilhas vermelhas Prato: Farandole de carne 1;3;12 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Couve Prato: Cação assado c/ arroz de feijão 4 Acomp.: Salada de tomate 12 Sobremesa: Fruta da época
29	A	Sopa: Favas 12 Prato: Massa c/ frutos do mar 1;2;3;4;12;14 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época	30	A	Sopa: Creme de curgete Prato: Stroganoff de frango c/ arroz de legumes 6;7;10 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Pera cozida	31	A	Sopa: Feijão branco 12 Prato: Carne de porco à alentejana 12;14 Acomp.: Salada de alface 12 Sobremesa: Fruta da época	<p><b>Nota Informativa</b> A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Cereais que contenham glúten</li> <li>Crustáceos e produtos à base de crustáceos</li> <li>Ovos e produtos à base de ovo</li> <li>Peixes e produtos à base de peixe</li> <li>Amendoins e produtos à base de amendoins</li> <li>Soja e produtos à base de soja</li> <li>Leite e produtos à base de leite</li> <li>Frutos de casca rija</li> <li>Aipo e produtos à base de aipo</li> <li>Mostarda e produtos à base de mostarda</li> <li>Sementes de sésamo e produtos à base de sésamo</li> <li>Dióxido de enxofre e sulfitos</li> <li>Tremoço e produtos à base de tremoço</li> <li>Moluscos e produtos à base de molusco</li> </ol>											
	J	Sopa: Favas 12 Prato: Rojões c/ batata cozida 12 Acomp.: Couve cozida 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Creme de curgete Prato: Massa de bacalhau 1;3;4; Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Fruta da época		J	Sopa: Feijão branco 12 Prato: Empadão de peixe 3;4;7 Acomp.: Salada mista 12 Sobremesa: Maçã assada												

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

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