

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO								
1	A	Sopa – Abóbora Prato – Cozido à portuguesa (12) Acomp – legumes Sobremesa- Gelatina	2	A	Sopa – Nabiças Prato –Bacalhau à gomes sá (4;7) Acomp – Pickles (12) Sobremesa-Fruta	3	A	Sopa – Grão de bico Prato – Massa à bolonhesa (1;12) Acomp – Salada Alfacedora(12) Sobremesa-fruta	4	A	Sopa – Canja (1) Prato – Coentrada de pé, orelha de porco c/ batatas cozidas (12) Acomp- Salada mista (12) Sobremesa – Leite-creme	5	A	Sopa – Creme de ervilhas Prato – Empadão de peixe e legumes (4;7) 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 – Rancho (12) Acomp- Azeitonas (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;12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Fruta		J	Sopa – Canja (3) 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;12) Salada- Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa – Feijão branco Prato –Salmão grelhado c/ batatas cozidas (4) Acomp – Salada alfacedora (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 (3;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;3;4) Acomp –Molho-verde Sobremesa-Fruta	13	A	Sopa – Grão de bico Prato – Alheira, chouriça c/ feijão vermelho e couve (12) Acomp- Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	14	A	Sopa – Abóbora Prato – Dourada Grelhada C/Arroz de Legumes (1;4) Acomp - Salada Mista (12) Sobremesa-gelado (3)
	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 (1) Prato - Hambúrguer grelhados c/ batatas fritas e ovo estrelado (3;6;12) Acomp – Salada Alfacedora(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;12) Acomp -azeitonas (12) Sobremesa-Mousse (3;7)		J	Sopa – Abóbora Prato –Massa c/ fiambre e cogumelos(1;12) Acomp-Salada Alfacedora(12) Sobremesa-Fruta
15	A	Sopa – Cebola Prato – Lasanha de atum c/ alho francês (1;4) Acomp- Salada de alfacedora(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 – Jardineira(12) Acomp –Salada de alfacedora(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;12) Acomp –salada alfacedora(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 Alfacedora(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 Sobremesa-Fruta
22	A	Sopa – Ervilhas Prato – Bacalhau assado na brasa C/Batatas a murro (4) Acomp –Molho verde Sobremesa-Pudim (3;7)	23	A	Sopa – Grão de bico Prato – Arroz de cabidela de frango (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 alfacedora (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 – Alheiras, chouriças c/ feijão vermelho e couve (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 Alfacedora (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Ervilhas Prato – Massa de atum, cogumelos e queijo gratinado (1;4;7) Acomp-Salada Alfacedora (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Tortilha tenzo (3;7;12)) 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 – Feijão frade, ovo e atum(3;4) Acomp – Molho verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Salsichas, ovo e batatas fritas (1;3;6;12) 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 (3;4) Acomp –Molho-verde Sobremesa-Fruta	30	A	Sopa – Abóbora Prato – Feijoada (12) Acomp – arroz branco (1) 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 rijas 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 													

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