

		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA							
1	A	Sopa – Abóbora Prato – Cozido à portuguesa (12) Acomp – Legumes Sobremesa- Gelatina	2	A	Sopa – Nabiças Prato – Bacalhau à gomes sá (4) Acomp – Pickles (12) Sobremesa- Fruta	3	A	Sopa – Grão de bico Prato – Massa à bolonhesa (1;12) Acomp – Salada Alfaca (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 (3;7)	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;7;12) 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 (12) Sobremesa-Fruta	
8	A	Sopa – Feijão branco Prato – Salmão grelhado c/ batatas cozidas (4) Acomp – Salada alfaca (12) Sobremesa-Bavaroise ananás (7)	9	A	Sopa – Alho francês Prato – Febras de porco panadas c/ arroz de ervilhas (1) Acomp –Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	10	A	Sopa – Canja (1) Prato – Lasanha de frango (1;7) 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 – Grão de bico Prato – 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 (7)	
	J	Sopa – Feijão branco Prato – Tortilha tenzo (3;7;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 Alfaca (2) 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;7;12) Acomp -Azeitonas (12) Sobremesa-Mousse (3;7)		J	Sopa – Abóbora Prato –Massa c/ fiambre e cogumelos (1;12) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta	
15	A	Sopa – Cebola Prato – Lasanha de atum c/ alho francês (1;4;7) Acomp- Salada de alfaca (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 (12;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 Acomp –Salada de alfaca (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;7;6) Acomp –salada alfaca (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 Alfaca (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 (3;7)	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 alfaca (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 Alfaca (12) Sobremesa-Fruta	
	J	Sopa – Ervilhas Prato – Massa de atum, cogumelos e queijo gratinado (1;4;7) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Tortilha tenzo (3;7;12) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Papis 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;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	<p><b>Nota Informativa</b>            A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Cereais que contenham glúten</li> <li>2. Crustáceos e produtos à base de crustáceos</li> <li>3. Ovos e produtos à base de ovo</li> <li>4. Peixes e produtos à base de peixe</li> <li>5. Amendoins e produtos à base de amendoins</li> <li>6. Soja e produtos à base de soja</li> <li>7. Leite e produtos à base de leite</li> <li>8. Frutos de casca rija</li> <li>9. Aipo e produtos à base de aipo</li> <li>10. Mostarda e produtos à base de mostarda</li> <li>11. Sementes de sésamo e produtos à base de sésamo</li> <li>12. Dióxido de enxofre e sulfitos</li> <li>13. Tremeço e produtos à base de tremeço</li> <li>14. Moluscos e produtos à base de molusco</li> </ul>			32	A	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (1;4) Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta	33	J	Sopa – Couve Prato – Massa com frutos do mar (1;2;3;4;6;12;14) Acomp- Salada tomate(12) Sobremesa-Fruta	34	J	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (1;4) Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta	35	J	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (1;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.