

QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		SÁBADO		DOMINGO		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA								
1	A	Sopa – Creme Cenoura Prato – Feijoada (12) Acomp - Arroz branco (1) 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 – Arroz de cabidela (1) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa- Gelatina	4	A	Sopa – Legumes Prato – Bacalhau à brás (3;4) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	5	A	Sopa – Canja (1) Prato – Jardineira Acomp – Pickles Sobremesa-Fruta	6	A	Sopa – Grão-de-bico Prato – Carne de porco à alentejana (6;12;14) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Maçã cozida	7	A	Sopa – Cebola Prato – Coelho à caçador c/ batatas Acomp- Salada mista (12) Sobremesa-Fruta
	J	Sopa – Creme Cenoura Prato – Salada russa c/ delícias (2;3;4;6;12;14) Acomp -Azeitonas Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Nabiças Prato – Cachorros (1;6;7;10) Acomp-Batata frita palha Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Chicharro Grelhado c/macedónia (4) Acomp - Molho verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Farandóla de carne (1;12) Acomp – Salada mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Canja (1) 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, salchichas (1;6;7;10) Salada-azeitonas (12) Sobremesa-Fruta
8	A	Sopa – Feijão branco Prato – Salmão grelhado c/ batata cozida (4) Acomp – Espargado Sobremesa-Bavaroise (7)	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 (1) Prato – Lasanha frango (1;7) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Leite-Creme(3;7)	11	A	Sopa – Canja (1) Prato – Legumes Prato – Massa à lavrador (1;12) Acomp-Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta	12	A	Sopa – Grão de bico Prato – Espargue c/ bifos de frango e cogumelos (1;7) Acomp- Salada tomate (12) Sobremesa-Fruta	13	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) 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 grelhado, batatas, fritas ,ovo (1;3;6;12) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-fruta		J	Sopa – Legumes Prato – Piza (1;7;12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Arroz de frango (1) Acomp- salada tomate (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Quiche (1;3;12) Acomp -azeitonas(12) Sobremesa-Mousse	J	Sopa – Abóbora Prato –Massa c/ fiambre e cogumelos (1;12) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta	
15	A	Sopa – Cebola Prato – Alheira, chouriça, feijão vermelho, couve (12) Acomp- Pickles (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 – Chili de carne (12) Acomp – Arroz branco (1) Sobremesa-Fruta	18	A	Sopa – Caldo-Verde Prato – Pescada estufada c/ puré (4;7) Acomp – Espargado Sobremesa- fruta	19	A	Sopa – Grão de bico Prato – Lasanha de atum e alho francês (1; 4;7) 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			
	J	Sopa – Cebola Prato – Arroz à valenciana (1;2;3;4;6;12;14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Feijão vermelho Prato – Espargue c/ almôndegas (1;3;6) Acomp –salada alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato – Filetes de pescada C/Macedónia (1;3;4) Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Caldo-verde Prato – Arroz de frango (1; 12) 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 – Lasanha de frango (1;7) 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 à espanhola (4; 12) Acomp – azeitonas (12) Sobremesa-Pudim (3;7)	23	A	Sopa – Grão de bico Prato – Arroz de pato (1;12) Acomp – salada mista (12) Sobremesa-Fruta	24	A	Sopa – Abóbora Prato – Tentáculos C/Batata no forno (14) Acomp –Pickles (12) Sobremesa-Filhões (1;3;7)	25	A	Sopa – Castanha (8) Prato – Leitão/Perú c/ batatas assadas (12) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa-Arroz doce e bolo rei (1;3;5;7; 8)	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/ batatas cozidas (12) Acomp – Couve Sobremesa-Pudim (3;7)			
	J	Sopa – Ervilhas Prato – Farandóla (12) Acomp-Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Tortilha tenzo (3;12) Acomp – Salada Mista (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Abóbora Prato –Bacalhau, batata, couve, ovo cozido (3;4) Acomp –Azeitonas (12) Sobremesa-Bolo rei(1;3;5;7;8)		J	Sopa – Castanha (8) Prato – Roupa velha de bacalhau (4;12;14) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Sonhos (1;3;7)		J	Sopa – Alho-francês Prato – Massa c/ atum gratinada c/ queijo (1;4;7) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Couve Prato – Salsichas, ovo e batatas fritas (3;6;7;10) Acomp –Ketchup Sobremesa-Fruta	J	Sopa – Legumes Prato – Filetes de Pescada Panados C/Arroz de Legumes (1;3;4) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-Fruta	
29	A	Sopa – Couve Prato – Coentrada de pé, orelha c/ batata cozida (12) Acomp – Azeitonas (12) Sobremesa-Fruta	30	A	Sopa – Abóbora Prato – Feijoada (12) Acomp – arroz branco (1) Sobremesa-Fruta	31	A	Sopa – Grão de bico Prato – Massa à bolonhesa (1;12) Acomp – Salada Alfaca (12) Sobremesa-fruta	32	<p><b>Nota Informativa</b> A ementa pode conter a presença dos seguintes alergénios:</p> <ol 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 rijá</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. Tremoço e produtos à base de tremoço</li> <li>14. Moluscos e produtos à base de molusco</li> </ol>										
	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, ovo, c/ macedónia; Acomp- Molho-Verde Sobremesa-Fruta		J	Sopa – Grão de bico Prato – Arroz de marisco (1;2;3;4;6;12;14) Acomp –Salada mista (12) Sobremesa- Filhões (1;3;7)		J		J								

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