



E

M

E

N

T

A

6

		ALMOÇO	JANTAR
2ª Feira	Sopa	Feijão-vermelho c/ couve	Espinafres
	Prato Geral	Paloco com Broa no forno + cenoura ripada ^{1,3,4}	Perninhas de frango assadas com orégãos + macarronete cozido + feijão-verde salteado e pimenta ^{1,3,12}
	Sobremesa	Fruta da época	Gelatina
3ª Feira	Sopa	Lentilhas com nabiça	Alface com letrinhas ^{1,3}
	Prato	Empadão de carne de vaca + salada de alface, cenoura e milho ^{1,3,7,12}	Salada de atum com batata, ovo e jardineira
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Brócolos e cenoura	Abóbora
	Prato	Filetes de pescada fritos + arroz de tomate e salsa + salada de couve-roxa e branca ^{1,4,12}	Iscas de fígado com cebolada, ovo estrelado + puré de batata + feijão-verde ^{3,12}
	Sobremesa	Fruta da época	Salada de fruta
5ª Feira	Sopa	Repolho	Creme de couve-flor com curgete
	Prato	Rancho à Viseu (carne de porco aos cubos, massa cotovelo, chouriço, grão, repolho) + salada de alface e pepino ^{1,3,12}	Caldeirada de peixes com batata + Cenoura baby ^{4,12}
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Canja de galinha ³	Nabo
	Prato	Sardinhas assadas com alho, pimentão e limão + salada de feijão-frade com batata e tomate ⁴	Frango estufado + massa espiral c/ mistura mexicana ^{1,3,12}
	Sobremesa	Gelatina	Fruta da época
Sábado	Sopa	Abóbora e alho-francês	Creme de tomate com massa cuscus ^{1,3}
	Prato	Feijão guisado + arroz branco + espinafres salteados com alho ¹²	Chicharros assados com molho de vilão + batata cozida + salada de alface e cenoura ripada ^{4,12}
	Sobremesa	Fruta assada	Fruta da época
Domingo	Sopa	Caldo Verde ¹²	Puré de cenoura
	Prato	Carne de porco no forno com alecrim e laranja + batata rosada + salada de alface, tomate e azeitonas ^{12,13}	Bolinhos de bacalhau e rissóis fritos + puré de batata e brócolos ^{1,3,4,6,7,10,12}
	Sobremesa	Pudim de Bolacha Maria ^{1,3,7,8}	Fruta da época

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: : 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixe; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite; 8 – Frutos de casca rija; 9 – Aipo; 10 – Mostarda; 11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – Tremoços; 14 – Moluscos.

Ementa sujeita a alterações sem aviso prévio

