

ALMOÇO

JANTAR

2ª Feira	Sopa	Creme de brócolos	Creme de cenoura
	Prato Geral	Pataniscas de pescada fritas + massa penne salteado com cenoura ^{1,3,4}	Assaduras de porco com batata aos cubos salteada + couve-flor ¹²
	Sobremesa	Fruta da época	Gelatina
3ª Feira	Sopa	Nabo e cenoura	Canja de galinha ³
	Prato	Massa espiral à Bolonhesa (carne de vaca moída, cogumelos, soja) + salada de alface e pimentos ^{1,3,12}	Abrótea assada c/ batata assada + brócolos ^{4,12}
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta assada
4ª Feira	Sopa	Salsa com ovo raspado ³	Alface e abóbora com massa cotovelo ^{1,3}
	Prato	Frango à Pizzaiolo + Arroz branco + salada de pepino ¹²	Cavala assada c/ cebolada + batata + espinafres salteados c/ alho e cenoura ^{4,12}
	Sobremesa	Pudim <i>flan</i> ⁷	Salada de fruta
5ª Feira	Sopa	Ervilha	Nabiça
	Prato	Carne de vaca estufada c/ cenoura e feijão-verde + massa penne ^{1,3,12}	Chicharros grelhados com molho de vilão + batata cozida + salada de alface e pepino ^{4,12}
	Sobremesa	Gelatina	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Lentilhas com couve branca	Alho-francês
	Prato	Paloco com Natas + brócolos cozidos ^{1,4,7}	Perninhas de frango estufadas + arroz de cenoura ¹²
	Sobremesa	Fruta da época	Pudim tipo Boca-doce ^{1,3,7}
Sábado	Sopa	Brócolos	Juliana de legumes
	Prato	Ervilhas guisadas com ovo e chouriço ^{1,3,12}	Omelete de salsa e cebolinho com salada russa ³
	Sobremesa	Fruta assada	Fruta da época
Domingo	Sopa	Caldo Verde ¹²	Abóbora
	Prato	Caçoila com batatinha assada + salada de alface, tomate e cebola ¹²	Frango assado c/ puré de batata + Cenoura baby ^{1,3,6,7,10,12}
	Sobremesa	Boca-doce de caramelo ⁷	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

