



	Almoço	Jantar
Segunda	Sopa de Brócolos Almôndegas estufadas c/ esparguete cozido e salada de alface e cenoura ¹ Fruta da época	Creme de cenoura Red fish no forno c/ batatas a murro e feijão verde cozido ⁴ Fruta da época
Terça	Sopa de C. coração e feijão manteiga ¹² Pescada cozida c/ batata cozida, feijão verde e cenoura cozida ⁴ Fruta da época	Sopa de Abóbora e salsa Panados de frango c/ arroz de tomate e salada de alface e pepino ^{1,3,5,6,12} Fruta da época
Quarta	Sopa de Nabo Strogonoff de peru c/ arroz branco e Salada de alface e pepino ⁷ Fruta da época	Sopa de Espinafres Massada de lulas (cebola, tomate, pimento) e repolho cozido ^{1,14} Fruta da época
Quinta	Sopa de Repolho Empadão de batata c/ atum (cebola, tomate) e brócolos cozidos ^{4,12} Salada de frutas	Sopa de Nabiças Fígado de cebolada c/ batatas cozidas e c. coração cozida Fruta da época
Sexta	Sopa de Alho francês Coxas de frango no forno c/ batatas assadas e arroz branco e salada de alface e cenoura Fruta da época	Sopa de C. coração Arros do mar e feijão verde cozido ¹⁴ Fruta da época
Sábado	Sopa de Feijão verde Dourada no forno c/ batatas cozidas e repolho salteado ⁴ Fruta da época	Sopa Juliana Rojões estufados c/ arroz branco e salada de alface e tomate Fruta da época
Domingo	Sopa de Alface e cenoura Carne de vaca estufada (cebola, cenoura, courgette) e couscous c/ salada de alface ¹ Fruta da época	Sopa de Nabiças Tortilha de batata e juliana de c. coração e cenoura salteados ^{3,5,6} Fruta da época

ALÉRGICOS: 1) Glúten 2) Crustáceos 3) Ovos 4) Peixes 5) Amendoins 6) Soja 7) Leite 8) Frutos de casca rija 9) Aipo 10) Mostarda 11) Sementes de sésamo 12) Dióxido de enxofre/Sulfitos 13) Tremoços 14) Moluscos

Observações: Por imposição de mercado, a ementa poderá ser sujeita a alterações.

