



	Almoço	Jantar
Segunda	Sopa de Alho francês Ovos mexidos c/ arroz branco e brócolos cozidos ^{3,5,6} Fruta da época	Sopa de Nabo Caldeirada de lulas (cebola, tomate, pimento) ¹⁴ Fruta da época
Terça	Sopa de Brócolos Bacalhau à Brás e salada de alface e tomate ^{3,4} Fruta da época	Sopa de Courgette e abóbora Ranchinho saudável de frango (grão, massa, cenoura, repolho) ^{1,12} Fruta da época
Quarta	Crepe de cenoura e ervilhas ¹² Massada de carne de vaca (cebola, tomate, berinjela) e Salada de alface ¹ Fruta da época	Sopa de Espinafres Pescada estufada (alho francês, cenoura) e batatas cozidas c/ brócolos cozidos ^{3,4,12} Fruta da época
Quinta	Sopa de C. coração Perca no forno c/ batatas assadas e salada de alface e cenoura ⁴ Salada de fruta	Crepe de legumes Rolo de carne no forno c/ arroz branco e repolho salteado Fruta da época
Sexta	Canjinha de cenoura ¹ Bifes de frango / cogumelos e arroz branco c/ feijão verde cozido ¹² Fruta da época	Sopa de Repolho Filetes no forno c/ batatas cozidas e salada de alface e pepino ⁴ Fruta da época
Sábado	Sopa de Feijão Verde Carapau de cebolada e batatas cozidas c/ repolho salteado ⁴ Fruta da época	-
Domingo	Sopa de C. Portuguesa Bife de peru grelhado c/ arroz de cenoura e ervilhas e salada de alface ^{5,6,12} 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) Tremeços 14) Moluscos

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