



SEGUNDA – FEIRA

SOPA Sopa de Legumes

CARNE Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Legumes ^{1,3,6,12}

SOBREMESA Fruta

TERÇA – FEIRA

SOPA Alho-francês

PEIXE Barrinhas no Forno, Arroz de cenoura e Alface ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

SOBREMESA Fruta

QUARTA – FEIRA

SOPA Canja ^{1,3,12}

CARNE Frango Assado, Massa e Tomate ^{1,3,12}

SOBREMESA Fruta

QUINTA – FEIRA

SOPA Espinafres

PEIXE Filete de Pescada no Forno, Arroz branco e Legumes ^{4,12}

SOBREMESA Fruta

SEXTA – FEIRA

SOPA Abóbora e Repolho

CARNE Massinha de Frango e Legumes ^{1,3,12}

SOBREMESA Fruta



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoados, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremogo, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



SEGUNDA – FEIRA

SOPA	Acelgas
CARNE	Arroz de Frango e Legumes ¹²
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

SOPA	Creme de Ervilhas
PEIXE	Massinha de Peixe em Molho de Pimentos e Cenoura ^{1,3,4,12}
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

SOPA	Sopa de Legumes
CARNE	Hambúrguer no Forno, Arroz branco e Legumes ^{6,12}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

SOPA	Abóbora e Feijão-verde
PEIXE	Saladina Russa de Fogonero ^{3,4,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

SOPA	Juliana
PRATO	Omelete Simples no Forno, Massa e Alface ^{1,3,7,12}
SOBREMESA	Fruta



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremogo, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



SEGUNDA – FEIRA

SOPA	Canja ^{1,3,12}
CARNE	Frango em Molho de Tomate e Orégãos, Massa e Legumes ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

SOPA	Abóbora e Ervilhas
PEIXE	Filete de Pescada no Forno, Arroz de cenoura e Alface ^{4,12}
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

SOPA	Batata-doce e Repolho
CARNE	Almôndegas de Bovino no Forno, Massa e Legumes ^{1,3,6,12}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

SOPA	Alho-francês
PEIXE	Meia Desfeita de Paloco (ovo, grão, batata, paloco) e Tomate ^{3,4,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

SOPA	Agrião
CARNE	Jardineira de Porco com Arroz ^{1,6,7,9,12}
SOBREMESA	Fruta



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremogo, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



SEGUNDA – FEIRA

SOPA	Abóbora e Nabo
CARNE	Hambúrguer no Forno, Massa e Legumes ^{1,3,6,12}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

SOPA	Espinafres e Grão
PEIXE	Arroz de Fogonero em Molho de Pimentos e Pepino ^{4,12}
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

SOPA	Cenoura e Acelgas
CARNE	Tirinhas de Porco Estufadas, Massa e Legumes ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

SOPA	Caldo-Verde ^{1,6,7,9,12}
PRATO	Ovos Mexidos Simples, Arroz branco e Tomate ^{3,7,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

SOPA	Legumes
CARNE	Frango Assado, Massa e Legumes ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremogo, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.