

**SEGUNDA – FEIRA****16-05-2022**

SOPA	Batata-doce e Alho-francês
CARNE	Esparguete à bolonhesa e Cenoura RASPADA <sup>1,3,6,7,9,12</sup>
VEGETARIANO	Esparguete à bolonhesa (Soja) e Cenoura RASPADA <sup>1,3,6,12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**TERÇA – FEIRA****17-05-2022**

SOPA	Creme de Ervilhas
PEIXE	Filete de Pescada em Molho de Tomate, Batatinha e Legumes <sup>4,12</sup>
VEGETARIANO	Tortilha de Legumes <sup>3,7,12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**QUARTA – FEIRA****18-05-2022**

SOPA	Abóbora e Repolho
CARNE	Jardineira de Porco (macedónia) com Arroz <sup>1,6,7,9,12</sup>
VEGETARIANO	Jardineira de Feijão-encarnado com Arroz <sup>12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**QUINTA – FEIRA****19-05-2022**

SOPA	Espinafres
PRATO	Ovos Mexidos, Massa e Salada <sup>1,3,7,12</sup>
VEGETARIANO	Ovos Mexidos, Massa e Salada <sup>1,3,7,12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**SEXTA – FEIRA****20-05-2022**

SOPA	Cenoura e Acelgas
PEIXE	Barrinhas de Pescada com Arroz Primavera <sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13</sup>
VEGETARIANO	Pataniscas de Legumes com Arroz Primavera <sup>1,3,7,12</sup>
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, 13Tremço, 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****23-05-2022**

SOPA	Agrião
CARNE	Almôndegas de Bovino em Molho de Tomate, Arroz e Legumes <sup>6,12</sup>
VEGETARIANO	Arroz de Grão-de-bico e Brócolos <sup>12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**TERÇA – FEIRA****24-05-2022**

SOPA	Curgete e Couve-flor
PEIXE	Filete de Fogonero com Puré-de-batata e Salada <sup>1,3,4,6,7,8,12</sup>
VEGETARIANO	Empadão à Vegetariana <sup>1,3,6,7,8,12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**QUARTA – FEIRA****25-05-2022**

SOPA	Canja <sup>1,3,6,12</sup>
CARNE	Perna de Frango Assado com Arroz e Cenoura <sup>12</sup>
VEGETARIANO	Feijoada à Vegetariana com Arroz <sup>12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**QUINTA – FEIRA****26-05-2022**

SOPA	Alho-francês e Grão-de-bico
PEIXE	Massada de Pescada com Salada <sup>1,3,4,12</sup>
VEGETARIANO	Massa à Vegetariana <sup>1,3,12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**SEXTA – FEIRA****27-05-2022**

SOPA	Creme de Abóbora
CARNE	Arroz de Carnes à Portuguesa <sup>1,6,7,9,12</sup>
VEGETARIANO	Ovos Escalfados com Ervilhas com Arroz <sup>12</sup>
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, 13Tremçoço, 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****30-05-2022**

SOPA	Creme de Cenoura
CARNE	Cotovelinhos à bolonhesa e Legumes <sup>1,3,6,7,9,12</sup>
VEGETARIANO	Cotovelinhos à bolonhesa (Soja) e Legumes <sup>1,3,6,7,9,12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**TERÇA – FEIRA****31-05-2022**

SOPA	Batata-doce com Feijão-encarnado
PEIXE	Arroz de Salmão e Salada <sup>4,12</sup>
VEGETARIANO	Bolinhos de Grão-de-bico com Arroz de tomate <sup>1,3,7,12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**FELIZ DIA DA CRIANÇA!****01-06-2022**

SOPA	Creme de Curgete
CARNE	Lasanha de Carne com Saladinha Mista <sup>1,3,6,7,9,12</sup>
VEGETARIANO	Lasanha à Vegetariana <sup>1,3,7,12</sup>
SOBREMESA	Sobremesa doce

**QUINTA – FEIRA****02-06-2022**

SOPA	Abóbora e Espinafres
PEIXE	Pescada em Molho Vinagrete, Arroz e Legumes <sup>4,12</sup>
VEGETARIANO	Arroz de Feijão-encarnado e Brócolos <sup>12</sup>
SOBREMESA	Fruta

**SEXTA – FEIRA****03-06-2022**

SOPA	Acelgas
CARNE	Carne de porco Estufada, Massa e Legumes <sup>1,3,6,7,9,12</sup>
VEGETARIANO	Macarronada de Cogumelos e Macedónia <sup>1,3,12</sup>
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, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos