

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
					01-02-2019
Sopa					Creme de Ervilhas c/ Coentros 109
Prato					Pescada à Gomes de Sá (batata cozida aos cubos e ovo cozido) 400
1ª Guarnição/Acompanhamento					Salada de alface e couve roxa 54
Sobremesa					Fruta da Época 46
Lanche					Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta 406
	04-02-2019	05-02-2019	06-02-2019	07-02-2019	08-02-2019
Sopa	Espinafres 101	Courgete e Cenoura 96	Grão c/ Cubinhos de Cenoura 238	Couve Flor 100	Macedónia (nabo, cenoura e feijão verde) 116
Prato	Cardinal estufado com ervas provençe 213	Esparguete à bolonhesa (vaca, porco) 658	Salada de granadeiro, batata, cenoura, feijão verde e milho 312	Carne de porco guisada com feijão catarino, lombardo e cenoura 684	Caçção de tomatada com oregãos 197
2ª Guarnição/Acompanhamento	Arroz e salada de ouve roxa e tomate 392	Salada de alface e beterraba 52	Gelatina 110	Arroz branco 258	Massa cotovelinhos e salada de tomate e milho 409
Sobremesa	Fruta da Época 46	Fruta da Época 46	Gelatina 110	Fruta da Época 46	Fruta da Época 46
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta 348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta 406	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta 324	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta 348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta 406
	11-02-2019	12-02-2019	13-02-2019	14-02-2019	15-02-2019
Sopa	Cenoura c/ Lombardo 100	Creme de Courgete e feijão verde 104	Feijão c/ Lombardo 187	Brócolos 105	Alho francês 109
Prato	Almôndegas (vaca, porco) Estufadas 354	Arroz de Pescada c/ delicias do mar 570	Carne de porco guisada com grão, lombardo, cenoura e massa macarronete 693	Bolonhesa de cavala com esparguete 549	Perú estufado 277
3ª Guarnição/Acompanhamento	Massa espiral, alface e Cenoura Ralada 379	Salada de couve roxa 52	Salada de tomate e milho 86	Salada de tomate e milho 86	Arroz amarelo de cenoura e ervilhas, e salada de alface 401
Sobremesa	Fruta da Época 46	Pudim Flan 134	Fruta da Época 46	Fruta da época 46	Fruta da Época 46
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta 348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta 406	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta 324	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta 348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta 406
	18-02-2019	19-02-2019	20-02-2019	21-02-2019	22-02-2019
Sopa	Abóbora c/ Massinhas 182	Creme de Vegetais (courgete, cenoura e alho francês) 119	Grão c/ Cubinhos de Cenoura 238	Courgete e abóbora 100	Espinafres 101
Prato	Tesourinhos de Pescada no Forno 242	Perna de frango no forno c/ molho de cogumelos 282	Granadeiro estufado com cenoura 182	Jardineira de Porco (batata, cenoura e feijão verde) 532	Arrozinho de bacalhau c/ delicias do mar e coentros 558
4ª Guarnição/Acompanhamento	Arroz de feijão, tomate e Milho 369	Massa espiral e salada de alface 373	Purê de batata e feijão verde 290	Salada de beterraba e pepino 55	Salada de couve roxa e tomate 63
Sobremesa	Fruta da Época 46	Fruta da Época 46	Iogurte de aromas 89	Fruta da Época 46	Fruta da época 46
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta 348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta 406	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta 324	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta 348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta 406
	25-02-2019	26-02-2019	27-02-2019	28-02-2019	
Sopa	Feijão Verde 99	Creme de Espinafres 101	Cenoura c/ Lombardo e Feijão 187	Alho Francês 109	
Prato	Empadão de carne (vaca, porco) c/ Arroz 617	Saladinha de feijão frade com batata, atum e ovo cozido ralado 722	Carne de porco aos cubos estufada com alecrim 230	Pescada assada 243	
3ª Guarnição/Acompanhamento	Salada de cenoura e beterraba 58	Salada de tomate e pepino 62	Esparguete, alface e tomate 377	Arroz branco e salada de tomate e pepino 391	
Sobremesa	Fruta da Época 46	Fruta da época 46	Fruta da Época 46	Gelatina 110	
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta 348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta 406	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta 324	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta 348	

A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendãos, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremeços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. **Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**