



	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	01-01-2018		02-01-2018		03-01-2018		04-01-2018		05-01-2018	
Sopa			Lombardo	100	Grão com espinafres	149	Abóbora com massinha	182	Puré de espinafres	101
Prato	FERIADO		Bolonhesa de carne (vaca e porco) com esparguete	612	Arroz de atum	663	Perna de frango guisada com feijão branco e cenoura aos cubos	314	Bacalhau à gomes de Sá (batata e ovo cozido ralado)	379
1ª Guarnição/Acompanhamento			Salada de alface e beterraba	52	Salada de alface e cenoura	56	Arroz branco e salada de couve roxa	381	Salada de milho e couve roxa	81
Sobremesa			Fruta da época	46	Iogurte de aromas	89	Fruta da época	46	Fruta da época	46
Lanche			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
	08-01-2018		09-01-2018		10-01-2018		11-01-2018		12-01-2018	
Sopa	Curgete com cubos de cenoura	96	Puré de cenoura	91	Alho francês	109	Feijão branco com nabiça	167	Creme de brócolos	100
Prato	Massa espiral gratinada com carne picada mista (vaca e porco) cogumelos e milho	674	Arroz de peixe (pescada) com delícias do mar	570	Carne de porco assada com laranja	374	Filete de arinca estufado	189	Carne de porco estufada com grão, macarronete, cenoura e lombardo	843
2ª Guarnição/Acompanhamento	Salada de tomate e pepino	57	Salada mista	54	Esparguete, tomate e couve roxa	394	Batata e feijão verde cozidos	277	Salada de tomate	56
Sobremesa	Fruta da época	46	Fruta da época	46	Fruta da época	46	Gelatina	110	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
	15-01-2018		16-01-2018		17-01-2018		18-01-2018		19-01-2018	
Sopa	Caldo verde	95	Creme de abóbora com coentros	93	Feijão com lombardo	187	Feijão verde	99	Canja com massinha	196
Prato	Salada de Atum com feijão frade (batata, cenoura aos cubos e ovo)	722	Hamburguer misto (vaca e porco) no forno	215	Cação estufado com delícias do mar	589	Perna de peru assada no forno	270	Pescada de cebolada	188
3ª Guarnição/Acompanhamento	Salada de pepino e beterraba	55	Arroz e salada de Alface e couve roxa	386	Cotovelinhos, ervilhas e milho salteados	589	Arroz branco e salada de tomate e cenoura ralada	386	Batata e brócolos cozidos	283
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
	22-01-2018		23-01-2018		24-01-2018		25-01-2018		26-01-2018	
Sopa	Nabiça	104	Creme de espinafres	101	Grão com couve	151	Juliana (batata, lombardo, cenoura)	100	Alho francês	109
Prato	Empadão de carne picada aves (frango e peru) com arroz	617	Bacalhau gratinado com batata	517	Perna de frango assada	279	Filete de arinca no forno	76	Carne de porco estufada	827
4ª Guarnição/Acompanhamento	Salada de beterraba e cenoura ralada	58	Salada de alface e milho	77	Esparguete e salada de alface e tomate	340	Batata, feijão verde e milho	289	Feijão catarino, lombardo, cenoura e arroz branco	827
Sobremesa	Fruta da época	46	Arroz doce	261	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
	29-01-2018		30-01-2018		31-01-2018					
Sopa	Creme de cenoura	91	Feijão com espinafres	182	Juliana (lombardo e cenoura)	100				
Prato	Pescada cozida	180	Arroz de aves no forno (frango e peru)	641	Saladinha de atum com feijão frade	618				
5ª Guarnição/Acompanhamento	Batata e feijão verde salteado	277	Salada de alface e couve roxa	57	Salada de cenoura e pepino	56				
Sobremesa	Fruta da época	46	Fruta da época	46	Pudim flan	134				
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				



Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 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.