

| | | Segunda-Feira | | Terça-Feira | | Quarta-Feira | | Quinta-Feira | | Sexta-Feira | |
|--------|---|---|--|--|---|---|---|---|--|---|----------------|
| | | 03-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 04-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 05-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 06-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 07-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 |
| 1ª | Sopa | Juliana (lombardo e cenoura) | 100 | Creme de Vegetais (courgete, cenoura e alho francês) | 115 | Grão c/ Cubinhos de Cenoura | 238 | Courgete e Cenoura | 96 | Espinafres | 101 |
| | Prato | Arroz de Atum | 663 | Hamburguer de Aves (frango) no Forno c/ Molho de Cogumelos | 272 | Salada de Granadeiro, Batata, Cenoura e Feijão Verde e milho | | Carne de Porco Guisada c/ Feijão Catarino, Lombardo, Cenoura e Arroz Branco | 595 | Arrozinho de Pescada c/ Delicias do Mar e Coentros | 570 |
| | Guarnição/Acompanhamento | Alface e Tomate | 54 | Massa espiral e Alface | 373 | | 325 | | | Couve Roxa e Tomate | 63 |
| | Sobremesa | Fruta da Época | 46 | Fruta da Época | 46 | Gelado | 261 | 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 | Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta | 406 | |
| | | 10-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 11-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 12-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 13-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 14-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 |
| 2ª | Sopa | Couve Flor | 100 | | | Cenoura c/ Massinhas | 162 | Canja de frango | 196 | Feijão c/ Lombardo | 187 |
| | Prato | Rolo de Carne (vaca/porco) no Forno c/ Molho de Cenoura | 310 | Feriado | | Saladinha de cavala com feijão frade, batata, cenoura e ovo cozido ralado | 787 | Massada de Legumes (cogumelos, alho francês, cenoura e milho) | 436 | Jardineira de Frango (batata, cenoura e feijão verde) | 511 |
| | Guarnição/Acompanhamento | Esparguete e Cenoura Ralada | 385 | | | | | | | Beterraba e Pepino | 55 |
| | Sobremesa | Iogurte | 89 | | | 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 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 | |
| | | 17-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 18-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 19-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 20-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 21-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 |
| 3ª | Sopa | Brócolos | 105 | Macedónia (nabo, cenoura e feijão verde) | 116 | Abóbora c/ Massinha | 182 | Feijão verde | 99 | Grão c/ Espinafres | 182 |
| | Prato | Salada de Batata c/ pescada Cenoura, Feijão Verde e Milho | 318 | Tirinhas de Porco Estufadas | 303 | Bacalhau fresco assado | 191 | Carne Picada (porco, vaca) Estufada c/ Feijão Catarino, Cenoura aos cubos | 354 | Granadeiro estufado com ervas aromáticas | 230 |
| | Guarnição/Acompanhamento | | | Esparguete e salada alface e beterraba | 383 | Arroz branco, tomate e Pepino | 386 | Arroz branco | 329 | Massa cotovelinhos, cenoura e Ervilhas | 392 |
| | Sobremesa | Fruta da Época | 46 | Pudim Flan | 134 | Fruta da Época | 46 | Gelado | 261 | 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 | |
| | | 24-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 25-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 26-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 27-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 | 28-09-2018 | Kcal Ji/Eb1 |
| 4ª | Sopa | Courgete e cenoura | 96 | Creme de Espinafres | 101 | Cenoura c/ Lombardo e Feijão | 187 | Alho Francês | 109 | Creme de Legumes | 119 |
| | Prato | Empadão de Carne (vaca, porco) c/ Arroz | 617 | Bolonhas de Atum c/ Esparguete | 578 | Arroz de Aves amarelo (frango, peru) no Forno | 628 | Pescada á Gomes de Sá (batata cozida aos cubos e ovo cozido) | 400 | Cubinhos de porco guisados | 230 |
| | Guarnição/Acompanhamento | Cenoura e Beterraba ralada | 58 | Tomate e Pepino | 57 | Cenoura e milho | 80 | Alface e Couve Roxa | 57 | Macarronete, cenoura, ervilhas e milho | 392 |
| | Sobremesa | Fruta da Época | 46 | Iogurte | 89 | 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 | |

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- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

