



Semana de 01 a 05

Mês: Maio Ano: 2017

ALMOÇO



SEGUNDA-FEIRA

Sopa Couve branca com cenoura e esparguete ^{1,3}

Prato Medalhões de pescada no forno com puré e legumes ^{4,7}

Sob. Fruta da época

TERÇA-FEIRA

Sopa Creme de couve-flor e ervilhas

Prato Feijoada com arroz e legumes ^{1,12}

Sob. Fruta da época

QUARTA-FEIRA

Sopa Sopa primavera (abóbora, repolho, ervilhas, cenoura)

Prato Massada de atum e legumes cozidos ^{1,3,4}

Sob. Fruta da época

QUINTA-FEIRA

Sopa Creme de abóbora com alho francês

Prato Frango estufado com arroz de cenoura e ervilhas e salada

Sob. Fruta da época

SEXTA-FEIRA

Sopa Couve portuguesa com feijão manteiga

Prato Maruca cozida com batata cozida e brócolos ⁴

Sob. Fruta da época



OBSERVAÇÕES:

- Esta ementa poderá estar sujeita a alterações.
- A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfito; 13-Tremoço e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.
- A cada sopa/prato corresponde uma ficha técnica que pode, a qualquer altura, ser consultada.



Semana de 08 a 12

Mês: Maio Ano: 2017

ALMOÇO



SEGUNDA-FEIRA

Sopa Creme de legumes com ervilhas

Prato Almôndegas de vitela com esparguete e salada ^{1,3,12}

Sob. Fruta da época

TERÇA-FEIRA

Sopa Caldo verde ^{1,12}

Prato Tentáculos de pota com arroz e legumes ¹⁴

Sob. Fruta da época

QUARTA-FEIRA

Sopa Sopa de macedónia

Prato Coxinhas de frango alouradas com espirais tricolores e salada ^{1,3}

Sob. Fruta da época

QUINTA-FEIRA

Sopa Canja de galinha ^{1,3}

Prato Centros de pescada cozidos com batata cozida e brócolos ⁴

Sob. Fruta da época

SEXTA-FEIRA

Sopa Creme de cenoura com couve lombarda e esparguete ^{1,3}

Prato Bifinhos de frango grelhados com arroz de feijão e salada de tomate

Sob. Fruta da época



OBSERVAÇÕES:

- Esta ementa poderá estar sujeita a alterações.
- A refeição contem ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfito; 13-Tremoço e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.
- A cada sopa/prato corresponde uma ficha técnica que pode, a qualquer altura, ser consultada.



Semana de 15 a 19

Mês: Maio Ano: 2017

ALMOÇO



SEGUNDA-FEIRA

Sopa Puré de batata com couve lombarda e cenoura

Prato Bacalhau à Gomes de Sá com salada ^{3,4}

Sob. Fruta da época

TERÇA-FEIRA

Sopa Creme de brócolos

Prato Rancho (pá e peito de frango em cubos) com legumes ^{1,3}

Sob. Fruta da época

QUARTA-FEIRA

Sopa Sopa de grão com couve lombarda

Prato Pescada cozida com batata e legumes cozidos ⁴

Sob. Fruta da época

QUINTA-FEIRA

Sopa Creme de legumes com alho francês e feijão verde

Prato Ovos mexidos com fiambre de peru e cogumelos laminados com espirais e salada mista ^{1,3,6,7}

Sob. Fruta da época

SEXTA-FEIRA

Sopa Sopa de peixe com tostas ^{1,3,4,6,7,11}

Prato Lombos de pescada no forno com arroz e brócolos ⁴

Sob. Fruta da época



OBSERVAÇÕES:

- Esta ementa poderá estar sujeita a alterações.
- A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfito; 13-Tremoço e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.
- A cada sopa/prato corresponde uma ficha técnica que pode, a qualquer altura, ser consultada.



Semana de 22 a 26

Mês: Maio Ano: 2017

ALMOÇO



SEGUNDA-FEIRA

Sopa Juliana de legumes

Prato Rojões com arroz de cenoura e salada

Sob. Fruta da época

TERÇA-FEIRA

Sopa Puré de abóbora com feijão verde

Prato Saladinha de peixe (pescada) com batata, delícias do mar e macedónia de legumes ^{1,2,3,4,6,7,10,14}

Sob. Fruta da época

QUARTA-FEIRA

Sopa Sopa de feijão branco com nabiças

Prato Misto de carnes (peito de frango e pá) com espirais, ervilhas e salada ^{1,3}

Sob. Fruta da época

QUINTA-FEIRA

Sopa Creme de couve-flor

Prato Salada de bacalhau com grão, ovo e salada de tomate ^{3,4}

Sob. Fruta da época

SEXTA-FEIRA

Sopa Sopa de cabeças de nabo com couve lombarda e cenoura

Prato Coxinhas de frango assadas no forno com arroz de ervilhas e salada mista

Sob. Fruta da época



OBSERVAÇÕES:

- Esta ementa poderá estar sujeita a alterações.
- A refeição contem ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfito; 13-Tremoço e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.
- A cada sopa/prato corresponde uma ficha técnica que pode, a qualquer altura, ser consultada.



Semana de 29 a 02

Mês: Maio / Junho Ano: 2017

ALMOÇO

SEGUNDA-FEIRA

Sopa Creme de brócolos

Prato Massada de atum (natural) e legumes ^{1,3,4}

Sob. Fruta da época

TERÇA-FEIRA

Sopa Sopa de feijão verde

Prato Pá estufada com puré e legumes ⁷

Sob. Fruta da época

QUARTA-FEIRA

Sopa Creme de alface

Prato Filetes de pescada com arroz de legumes e salada mista ⁴

Sob. Fruta da época

QUINTA-FEIRA

Sopa Sopa de couve portuguesa com feijão vermelho

Prato Vitela assada e fatiada com batata cozida e salada de alface

Sob. Fruta da época

SEXTA-FEIRA

Sopa Creme de cebola com espinafres

Prato Arroz de potas com legumes ¹⁴

Sob. Fruta da época



OBSERVAÇÕES:

- Esta ementa poderá estar sujeita a alterações.
- A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfito; 13-Tremoço e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.
- A cada sopa/prato corresponde uma ficha técnica que pode, a qualquer altura, ser consultada.