



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Sopa	Cenoura e grão de bico 9,12	Caldo verde 9,12	Couve portuguesa e feijão castanho 9,12	Brócolos 12	Creme Espinafres 9,12
Prato Principal	Douradinhos no forno com arroz de tomate 1,3,4,6,7	Perna de frango assada com espirais 1,3,6,12	Peixe Bacalhau cozido com batata cozida 4	Rojões estufados com arroz de cenoura 12	Salada russa (atum, ervilhas, batata e ovo picado) 3,4
Prato Vegetariano	Arroz de lentilhas e tomate 1,3,6,7,9,10,11,12	Estufado de soja e cogumelos com massa 1,6,12	Ervilhas guisadas com cenoura e batata cozida 1,6,9,11,12	Feijão preto estufado com arroz de cenoura 1,12	Salada russa com feijão frade 12
Hortícolas	Alface, tomate e pepino	Alface, beterraba e cenoura	Brócolos, cenoura e couve-flor 12	Alface, tomate e pepino	Macedónia (ervilhas, feijão verde e cenoura) 12
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

A L M O Ç O

NOTAS: A ementa pode sofrer alterações com aviso prévio e pode conter os seguintes alérgenos ou vestígios de alérgenos: 1) Cereais que contêm glúten 2) Crustáceo 3) Ovos 4) Peixe 5) Amendoados 6) Soja 7) Leite 8) Frutos de casca rija 9) Aipos 10) Mostarda 11) Sementes de sésamo 12) Sulfitos 13) Moluscos 14) Tremoços

A ementa pode sofrer alterações imprevistas.

Nutricionista:

Ana Melo

Ana Luísa Melo (CP 5927N)