



Semana de 19 a 23 de Março

Alergénios

2^a

Sopa	Creme de Couve-Flor e Coentros
Prato	Lombo Assado com Batata Assada e Brócolos
Opção	Salmão estufado com Ervilhas e Cenoura e Arroz
	Fruta da época
Sobremesa	Fruta em calda



NA
Mostarda e sulfitos
Peixe
NA
NA

3^a

Sopa	Sopa de Cenoura e Alho Francês
Prato	Peixe Espada Assado com Batata Cozida e Feijão-Verde
Opção	Costeletas de Peru Estufadas com Espirais
	Fruta da época
Sobremesa	Fruta laminada

NA
Peixe
Ovo, glúten e sulfitos
NA
NA

4^a

Sopa	Caldo Verde
Prato	Frango com Amêijoas, Arroz e Legumes
Opção	Cannelloni de Atum
	Fruta da época
Sobremesa	Leite Creme

NA
Crustáceos e leite
Peixe, ovo, leite e glúten
NA
Leite

5^a

Sopa	Creme de Ervilhas
Prato	Salada Russa de Pescada
Opção	Bife de Frango com Arroz Árabe e Couve-Bruxelas
	Fruta da época
Sobremesa	Fruta laminada

NA
Peixe e ovo
Frutos de casca rija
NA
NA

6^a

Sopa	Sopa de Feijão Verde
Prato	Rancho
Opção	Filete de Badejo com Alecrim, Batata e Espinafres Salteados
	Fruta da época
Sobremesa	Gelatina

NA
Ovo e glúten
Peixe
NA
NA



Semana de 26 a 30 de Março

		Alergénios	
2 ^a	Sopa	Sopa à Lavrador	Glúten e ovo
	Prato	Coxas de Frango Assadas com Esparguete e Jardineira de Legumes	Mostarda, sulfitos, glúten e ovo
	Opção	Arroz de Tamboril e Camarão	Peixe e marisco
		Fruta da época	NA
	Sobremesa	Fruta em calda	NA
3 ^a	Sopa	Creme de Courgette	NA
	Prato	Feijoada de Chocos com Arroz e Feijão-verde	Moluscos
	Opção	VEG: Pizza Vegetariana	Ovo, leite e glúten
		Fruta da época	NA
	Sobremesa	Fruta laminada	NA
4 ^a	Sopa	Sopa de Espinafres	NA
	Prato	Esparguete à Bolonhesa	Sulfitos, glúten e ovo
	Opção	Bacalhau Espiritual e Brócolos	Peixe, leite e glúten
		Fruta da época	NA
	Sobremesa	Fruta laminada	Leite e glúten
5 ^a	Sopa	Creme de Legumes	NA
	Prato	Filetes Pescada Assados com Arroz	Peixe
	Opção	Borrego estufado com Batatinha Assada e Grelos	Sulfitos
		Fruta da época	NA
	Sobremesa	Pudim	Leite
6 ^a	Sopa	FERIADO	
	Prato		
	Opção		
	Sobremesa		

