


Semana de 15 a 19 de Outubro

Alergénios

2 ^a	Sopa	Creme de nabo e coentros		NA
	Prato	Tortilha de frango e legumes com salada		Ovo
	Opção	Lulas estufadas com arroz e brócolos		Moluscos e sulfitos
	Sobremesa		Fruta da época	
		Fruta em calda		NA
3 ^a	Sopa	Sopa de espinafres		NA
	Prato	Massada de peixe	 <p>16 de Outubro de 2018 Dia Mundial da Alimentação</p>	Peixe, glúten e ovo
	Opção	Peito peru assado com batata doce e legumes coloridos		Sulfitos
	Sobremesa			Fruta da época
		Bolo de fruta		Leite, glúten e ovo
4 ^a	Sopa	Creme de cenoura		NA
	Prato	Shoarma com batata frita		Aipo, mostarda e frutos casca rija
	Opção	Peixe-espada no forno com arroz e cenoura assada		Peixe
	Sobremesa		Fruta da época	
		Fruta laminada		NA
5 ^a	Sopa	Sopa de feijão-frade e brócolos		NA
	Prato	Filetes pescada no forno com arroz de legumes		Peixe e sulfitos
	Opção	Vitela estufada à primaveril com esparguete		Sulfitos, ovo e glúten
	Sobremesa		Fruta da época	
		Gelatina		NA
6 ^a	Sopa	Creme de alho francês		NA
	Prato	Rolo de Aves com arroz e feijão verde		Glúten, ovo, soja, leite e sulfitos
	Opção	Meia-desfeita de bacalhau		Peixe e ovo
	Sobremesa		Fruta da época	
		Gelatina		NA

A ementa pode ser alterada por motivos de força maior

Semana de 22 a 26 de Outubro

Semana de 22 a 26 de Outubro			Alergénios
2 ^a	Sopa	Sopa alegre	NA
	Prato	Bife de frango com espirais tricolor e salada	Glúten e ovo
	Opção	Gratinado de batata, salmão e alho francês	Peixe, glúten e leite
	Sobremesa	Fruta da época	NA
Fruta em calda		NA	
3 ^a	Sopa	Creme de courgette	NA
	Prato	Solha com arroz de feijão e brócolos	Peixe e sulfitos
	Opção	VEGETARIANO: Legumes à brás	Ovo
	Sobremesa	Fruta da época	NA
Fruta laminada		NA	
4 ^a	Sopa	Sopa de feijão-verde	NA
	Prato	Feijoada à brasileira com arroz e couve mineira	Leite, soja, glúten, sulfitos e ovo
	Opção	Red-fish no forno com batata assada e salada	Peixe e sulfitos
	Sobremesa	Fruta da época	NA
Mousse de chocolate		Leite	
5 ^a	Sopa	Creme de ervilhas	NA
	Prato	Douradinhos com arroz de tomate e salada	Peixe, glúten e moluscos
	Opção	Tirinhas de peru com legumes e noodles	Glúten, ovo, soja e aipo
	Sobremesa	Fruta da época	NA
Fruta laminada		NA	
6 ^a	Sopa	Sopa de agrião	NA
	Prato	Favas com entrecosto e arroz	Sulfitos, glúten e soja
	Opção	Salmão à gomes de Sá e salada	Peixe e ovo
	Sobremesa	Fruta da época	NA
Gelatina		NA	

A ementa pode ser alterada por motivos de força maior

Semana de 29 a 02 de Novembro

Semana de 29 a 02 de Novembro			Alergénios
2 ^a	Sopa	Creme de legumes	NA
	Prato	Coxas de frango assadas com batatinha assada e salada	Mostarda e sulfitos
	Opção	Feijão com bacalhau e grelos	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	NA
Fruta em calda		NA	
3 ^a	Sopa	Sopa de cenoura e alho francês	NA
	Prato	Lombos de pescada com molho verde e batata cozida	Peixe
	Opção	Bifanas com arroz e feijão-verde	Sulfitos
	Sobremesa	Fruta da época	NA
Fruta laminada		NA	
4 ^a	Sopa	Creme de alface	NA
	Prato	Lasanha à bolonhesa e salada	Glúten, ovo, leite e sulfitos
	Opção	Salada russa de atum	Peixe e ovo
	Sobremesa	Fruta da época	NA
Pudim Flan		Leite	
5 ^a	Sopa		
	Prato		
	Opção		FERIADO
	Sobremesa		
6 ^a	Sopa	Sopa de grão e espinafres	NA
	Prato	Hambúrguer de aves com esparguete e brócolos	Glúten, ovo e soja
	Opção	Arroz malandrinho de pota	Moluscos
	Sobremesa	Fruta da época	NA
Gelatina		NA	

A ementa pode ser alterada por motivos de força maior