



Semana de 02 a 06 de Outubro

Alergénios

2^a

Sopa	Creme de legumes	NA
Prato	Tirinhas de Peru estufado com arroz de cenoura e feijão-verde	NA
Opção	Filete de pescada com molho de ervas e batata cozida	Peixe e glúten
Fruta	Fruta da época	NA
Sobremesa	Fruta em calda	NA

3^a

Sopa	Sopa Juliana	NA
Prato	Salmão no forno com arroz de grelos	Peixe
Opção	VEGETARIANO: Jardineira de Soja	Soja
Fruta	Fruta da época	NA

4^a

Sobremesa	Pudim de Pão	Leite, glúten e ovo
Sopa	Creme de Ervilhas	NA
Prato	Frango de Caril com Arroz e Brócolos	NA
Opção	Massa de Atum com legumes	Peixe e glúten
Fruta	Fruta da época	NA

5^a

Sobremesa	Molotof	Leite e frutos de casca rija
-----------	---------	------------------------------

Sopa	FERIADO	
Prato		
Opção		
Fruta		
Sobremesa		

6^a

Sopa	Sopa de Alho Francês	Sulfitos
Prato	Pescada à Gomes de Sá	Peixe e ovo
Opção	Lombo de Porco Assado com laranja, Arroz e Espinafres salteados	NA
Fruta	Fruta da época	NA
Sobremesa	Gelatina	NA

A ementa pode ser alterada por motivos de força maior



Semana de 09 a 13 de Outubro

Alergénios

			Alergénios
2^a	Sopa	Creme de cenoura	NA
	Prato	Roti de Peru com Massa tricolor e Feijão-verde	Glúten
	Opção	Meia-Desfeita de Bacalhau	Peixe
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Fruta em calda	NA
3^a	Sopa	Sopa de Couve	NA
	Prato	Potas à Lagareiro com Batata à murro e Espinafres salteados	Molusco
	Opção	Febras de cebolada com Arroz de cenoura	Soja
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Mousse de lima	Leite
4^a	Sopa	Sopa de Feijão-Verde	NA
	Prato	Feijoada à Brasileira com Arroz e Migas	Glúten
	Opção	Robalo no forno com Batata cozida	Peixe
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Leite creme	Leite, glúten e ovo
5^a	Sopa	Creme de Beterraba	NA
	Prato	Arroz do Mar	Peixe e marisco
	Opção	Peito de Frango com limão, Batata assada e Couve-bruxelas	Glúten
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Crumble de pêra	Glúten e leite
6^a	Sopa	Sopa de Espinafres	NA
	Prato	Esparguete à Bolonhesa e Brócolos	Glúten
	Opção	Tintureira com Laranja e Puré	Leite
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Gelatina	NA


A ementa pode ser alterada por motivos de força maior



Semana de 16 a 20 de Outubro

Alergénios

2^a

Sopa		Sopa de Nabiças
Prato		Ensopado de Peixe
Opção		Ervilhas Guisadas com Ovo Escalfado, Arroz e Esparregado de Cenoura
Fruta		Fruta da época

NA
Glúten e peixe

Ovo

NA

Sobremesa Laranja com Romã e Hortelã

NA

3^a

Sopa	Sopa de Grão com Espinafres
Prato	Bolinhos de Bacalhau com Arroz de Tomate
Opção	Massada de Peru Estufado com Legumes
Fruta	Fruta da época

NA

Peixe e Glúten

Glúten

NA

Sobremesa Panacotta com Calda de Ameixa

Leite

4^a

Sopa	Creme de Abóbora com Coentros
Prato	Favas Guisadas com Entrecosto e Arroz
Opção	Lasanha de Salmão com Espinafres
Fruta	Fruta da época

NA

NA

Glúten, leite e peixe

NA

Sobremesa Maçã Assada com Canela

NA

5^a

Sopa	Caldo Verde
Prato	Red-Fish em Caldo Aromático com Batata Assada e Couve-Bruxelas
Opção	Bife de Frango com Arroz Árabe
Fruta	Fruta da época

NA

Peixe

NA

NA

Sobremesa Bolo de logurte

Glúten, ovo e leite

6^a

Sopa	Sopa de Couve Lombarda
Prato	Jardineira de Vitela
Opção	Abrótea à Bulhão Pato com Arroz de Cenoura e Brócolos
Fruta	Fruta da época

NA

NA

Peixe e marisco

NA

Sobremesa Gelatina

NA



Semana de 23 a 27 de Outubro

Alergénios

2^a	Sopa	Creme de Brócolos	NA
	Prato	Porco Agridoce com Noodles	Soja, sésamo e ovo
	Opção	Peixe-Espada no Forno com Batata Cozida e Feijão Verde	Peixe
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Fruta em calda	NA
3^a	Sopa	Sopa Alegre	NA
	Prato	Filetes de Bacalhau no Forno com Puré de Ervilhas	Peixe, glúten e leite
	Opção	Vitela estufada com Alho Francês, Arroz e Espargado de Legumes	NA
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Leite creme	Leite
4^a	Sopa	Creme de Courgete	NA
	Prato	Coxas de Frango Assadas com Tomilho e Limão e Esparguete Alegre	Glúten
	Opção	Feijoada de Chocos com Arroz	Moluscos e marisco
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Ananás Caramelizado com Iogurte	Leite
5^a	Sopa	Sopa de Feijão Vermelho com Couve	NA
	Prato	Pescada à Fiorentina	Peixe, leite e glúten
	Opção	Bife de Peru com Cogumelos, Arroz de cenoura e Brócolos	Leite
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Arroz Doce	Leite
6^a	Sopa	Sopa de Feijão Verde	NA
	Prato	Rancho	Glúten
	Opção	Solha à Mediterrânea com Batata à Padeiro	Peixe
	Fruta	Fruta da época	NA
	Sobremesa	Gelatina	NA

A ementa pode ser alterada por motivos de força maior