

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
			01-05-2019	02-05-2019	03-05-2019
Sopa				Puré de grão com espinafres	Feijão-verde
Prato			FERIADO	Salada maruca (maruca, batata, cenoura, ervilhas, feijão verde)	Perna de peru assada
2ª Guarnição/Acompanhamento					Massa espiral tricolor e salada alface
Sobremesa				Fruta da época	Fruta da época
Lanche				Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta
	06-05-2019	07-05-2019	08-05-2019	09-05-2019	10-05-2019
Sopa	Alho francês	Agrião com feijão branco	Creme de brócolos	Nabiça	Puré de legumes
Prato	Arroz de atum	Almôndegas (vaca e porco) estufadas	Bacalhau espiritual (puré de batata e cenoura)	Frango corado	Peixe escondido (peixe, batata palha, molho branco, queijo ralado)
3ª Guarnição/Acompanhamento	Salada de alface e tomate	Esparguete e salada de tomate e pepino	Salada de alface e couve roxa	Arroz de ervilhas e cenoura	Salada de alface e cenoura
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Iogurte de aromas	Fruta da época	Fruta da época
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta
	13-05-2019	14-05-2019	15-05-2019	16-05-2019	17-05-2019
Sopa	Agrião	Caldo verde	Puré de abóbora com espinafres	Feijão com lombardo	Juliana
Prato	Arroz de lombardo, cenoura, milho, ovo e frango desfiado	Filetes de pescada estufados com legumes	Stroganoff de frango	Bacalhau com natas	Carne de vaca à bolonhesa (esparguete)
4ª Guarnição/Acompanhamento		Arroz de tomate	Massa macarronete	Cenoura cozida	Salada de tomate e pepino
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta
	20-05-2019	21-05-2019	22-05-2019	23-05-2019	24-05-2019
Sopa	Alho francês	Creme de cenoura	Puré de grão com espinafres	Creme de curgete	Creme de tomate com feijão verde
Prato	Salada maruca (maruca, batata, cenoura, ervilhas, feijão verde)	Hamburguer de vaca grelhado	Massinha de peixe (perca)	Carne de porco estufada aos cubos com cenoura	Lasanha de atum
5ª Guarnição/Acompanhamento		Arroz branco e salada de alface e couve roxa	Salada de alface	Arroz branco	Salada de alface e tomate
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Iogurte de aromas	Fruta da época	Fruta da época
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta
	27-05-2019	28-05-2019	29-05-2019	30-05-2019	31-05-2019
Sopa	Creme de cenoura	Couve portuguesa com feijão	Creme de abóbora com courgette	Puré de grão com espinafres	Feijão-verde
Prato			Stroganoff de porco	Salada de pescada (batata, cenoura)	Perna de frango assada
6ª Guarnição/Acompanhamento	Jardineira de vaca	Salada de grão com bacalhau, ovo, batata e cenoura cozida	Massa espiral e salada de alface e beterraba ralada	Brócolos cozidos	Arroz de cenoura
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta da época
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixe, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rijá, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoços, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. **Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**