

Segunda-feira | 07.06.2021

Sopa	Legumes Alergénios: Não contém
Carne	Carne de porco, assada com arroz de passas Alergénios: Sulfitos
Peixe	Massada de peixe Alergénios: Peixe, leite, glúten
Vegetariano	Mista de grão Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Terça-feira | 08.06.2021

Sopa	Lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Esparguete à bolonhesa Alergénios: Sulfitos, leite, glúten
Peixe	Bacalhau com natas Alergénios: Peixe, glúten, leite
Vegetariano	Paella de legumes Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quarta-feira | 09.06.2021

Sopa	Curgete e feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Perna de frango estufada com esparguete e ervilhas Alergénios: Glúten pode conter vestígios de leite, sulfitos
Peixe	Peixe-espada grelhado com batata a murro Alergénios: Peixe
Vegetariano	Ervilhas guisadas com chouriço vegetariano Alergénios: Aipo, soja, sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quinta-feira | 10.06.2021

Sopa	
Carne	
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	

Sexta-feira | 11.06.2021

Sopa	Feijão branco com repolho Alergénios: Não contém
Carne	Carne de porco à portuguesa Alergénios: Sulfitos, glúten,
Peixe	Arroz de moluscos à malandrinho (pota) Alergénios: Moluscos, sulfitos
Vegetariano	Cuscuz marroquino Alergénios: Glúten, sulfitos pode conter vestígios de peixe, leite ou marisco
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

JANTAR

Segunda-feira | 07.06.2021

Sopa	Legumes Alergénios: Não contém
Carne	Bife de vaca à portuguesa com arroz Alergénios: Leite, sulfitos, ovo, mostarda
Peixe	Potas guisadas com batata cenoura e ervilhas Alergénios: Moluscos, sulfitos
Vegetariano	Caril de brócolos e batata-doce Alergénios: Frutos de casca rija
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Terça-feira | 08.06.2021

Sopa	Lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Frango assado no forno com arroz de cenoura Alergénio: Sulfitos, leite
Peixe	Perca à lagareiro com batata a murro Alergénios: Peixe
Vegetariano	Bolonhesa de soja Alergénios: Sulfitos, soja, vestígios de glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quarta-feira | 09.06.2021

Sopa	Curgete e feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Costeleta grelhada com arroz alegre Alergénios: Leite
Peixe	Empadão com lascas de peixe Alergénios: Peixe, sulfitos, leite, ovo
Vegetariano	Feijoada vegetariana Alergénios: Sulfitos, soja
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quinta-feira | 10.06.2021

Sopa	
Carne	
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	

Sexta-feira | 11.06.2021

Sopa	Feijão branco com repolho Alergénios: Não contém
Carne	Peru assado com molho de laranja e esparguete Alergénios: Sulfitos, glúten, leite
Peixe	Abrótea no forno com batatinha assada e brócolos Alergénios: Peixe, sulfitos
Vegetariano	Legumes assados no forno Alergénios: Glúten, frutos de casca rija
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Segunda-feira | 14.06.2021

Sopa	Hortaliça Alergénios: Não contém
Carne	Vitela fatiada com arroz de cenoura Alergénios: Leite, sulfitos
Peixe	Pescada à Zé do pipo Alergénios: Peixe, ovo, leite, glúten
Vegetariano	Ratatouille Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Terça-feira | 15.06.2021

Sopa	Agrião com cenoura Alergénios: Não contém
Carne	Almôndegas de tomatada com massa esparguete Alergénios: Sulfitos, glúten
Peixe	Lasanha de peixe e frutos do mar Alergénios: Glúten, peixe, ovo, sulfitos, crustáceos
Vegetariano	Cozido vegetariano à portuguesa Alergénios: Sulfitos, glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quarta-feira | 16.06.2021

Sopa	Peixe Alergénios: Peixe pode conter vestígios de leite ou mariscos
Carne	Bife de porco à cervejaria com arroz Alergénios: Leite, sulfitos, ovo, mostarda
Peixe	Solha frita com salada de feijão-frade ou açorda Alergénios: Peixe, sulfitos, leite, glúten, ovo
Vegetariano	Beringela recheada Alergénios: Sulfitos, leite
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quinta-feira | 17.06.2021

Sopa	Grão com couve Alergénios: Não contém
Carne	Coxas de frango à Mexicana (assadas no forno com orégãos e esparguete primavera) Alergénios: Glúten
Peixe	Abrótea de tomatada com batata cozida e brócolos Alergénios: Peixe, sulfitos
Vegetariano	Tofu em capa de broa Alergénios: Soja, sulfitos, glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Sexta-feira | 18.06.2021

Sopa	Feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Peru estufado com arroz de ervilhas Alergénios: Não contém
Peixe	Pescada cozida com batata, ovo e feijão-verde Alergénios: Peixe, ovo
Vegetariano	Tachinho de soja Alergénios: Soja, sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

JANTAR
Segunda-feira | 14.06.2021

Sopa	Hortaliça Alergénios: Não contém
Carne	Perna de porco, estufada com puré Alergénios: Leite, sulfitos
Peixe	Marmotas fritas com feijão-frade Alergénios: Peixe, glúten, sulfitos
Vegetariano	Grão colorido Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Terça-feira | 15.06.2021

Sopa	Agrião com cenouras Alergénios: Não contém
Carne	Stroganoff de peru com Fusilli Alergénios: Glúten, leite, sulfitos
Peixe	Lulas estufadas com batata cozida Alergénios: Moluscos, glúten, sulfitos
Vegetariano	Ervilhas guisadas com chouriço Alergénios: Sulfitos, aipo, soja
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quarta-feira | 16.06.2021

Sopa	Peixe Alergénios: Peixe pode conter vestígios de leite ou mariscos
Carne	Empadão de vitela Alergénios: Ovo, leite, sulfitos, vestígios de soja
Peixe	Bacalhau à Brás Alergénios: Peixe, ovo
Vegetariano	Seitan à portuguesa Alergénios: Soja, sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quinta-feira | 17.06.2021

Sopa	Grão com couve Alergénios: Não contém
Carne	Bife de porco à café com arroz de alho Alergénios: Leite
Peixe	Atum com salada russa Alergénios: Peixe, sulfitos, ovo
Vegetariano	Guisado de castanhas Alergénios: Frutos de casca rija, sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Sexta-feira | 18.06.2021

Sopa	Feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Frango com castanhas e arroz de açafraão Alergénios: Frutos de casca rija
Peixe	Tortilha de peixe com espinafres Alergénios: Ovo, peixe
Vegetariano	Batata-doce recheada com soja e legumes Alergénios: Glúten, soja
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite