

**ALMOÇO****Segunda-feira | 14.06.2021**

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

**Terça-feira | 15.06.2021**

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

**Quarta-feira | 16.06.2021**

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

**Quinta-feira | 17.06.2021**

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

**Sexta-feira | 18.06.2021**

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

**JANTAR****Segunda-feira | 14.06.2021**


**Terça-feira | 15.06.2021**


**Quarta-feira | 16.06.2021**


**Quinta-feira | 17.06.2021**


**Sexta-feira | 18.06.2021**


**ALMOÇO****Segunda-feira | 21.06.2021**

<b>Sopa</b>	<b>Feijão catarino com lombardo</b> Alergénios: Não contém
<b>Carne</b>	<b>Carne de porco à portuguesa</b> Alergénios: Sulfitos
<b>Peixe</b>	<b>Arroz de peixe com delícias do mar</b> Alergénios: Sulfitos, moluscos, peixe, crustáceos
<b>Vegetariano</b>	<b>Grão colorido</b> Alergénios: Sulfitos
<b>Sobremesa</b>	<b>Fruta   Doce   Iogurte</b> Alergénios: Leite

**Terça-feira | 22.06.2021**

<b>Sopa</b>	<b>Curgete com feijão-verde</b> Alergénios: Não contém
<b>Carne</b>	<b>Carne de vaca à primavera (arroz, ervilhas, cenoura)</b> Alergénios: Sulfitos
<b>Peixe</b>	<b>Bacalhau à Brás</b> Alergénios: Peixe, ovo, glúten
<b>Vegetariano</b>	<b>Feijão branco com chouriço vegetariano</b> Alergénios: Soja, aipo, sulfitos
<b>Sobremesa</b>	<b>Fruta   Doce   Iogurte</b> Alergénios: Leite

**Quarta-feira | 23.06.2021**

<b>Sopa</b>	<b>Nabiça</b> Alergénios: Não contém
<b>Carne</b>	<b>Frango assado com batata no forno</b> Alergénio: Sulfitos, leite
<b>Peixe</b>	<b>Peixe-espada frito com arroz de tomate ou açorda</b> Alergénios: Peixe, glúten, sulfitos, ovo
<b>Vegetariano</b>	<b>Estufado de soja com brócolos</b> Alergénios: Soja, sulfitos
<b>Sobremesa</b>	<b>Fruta   Doce   Iogurte</b> Alergénios: Leite

**Quinta-feira | 24.06.2021**

<b>Sopa</b>	<b>Espinafres</b> Alergénios: Não contém
<b>Carne</b>	<b>Arroz de aves</b> Alergénios: Sulfitos pode conter vestígios de leite, peixe ou marisco
<b>Peixe</b>	<b>Filetes gratinados com broa, batatinhas assadas e couve salteada</b> Alergénios: Peixe, leite, glúten
<b>Vegetariano</b>	<b>Jardineira de tofu</b> Alergénios: Glúten, soja
<b>Sobremesa</b>	<b>Fruta   Doce   Iogurte</b> Alergénios: leite

**Sexta-feira | 25.06.2021**

<b>Sopa</b>	<b>Caldo verde</b> Alergénios: Sulfitos, vestígios de soja, leite, aipo
<b>Carne</b>	<b>Esparguete à bolonhesa</b> Alergénios: Vestígios de soja, aipo, sulfitos, glúten, leite
<b>Peixe</b>	<b>Lulas de tomatada com puré de batata</b> Alergénios: Moluscos, glúten, sulfitos
<b>Vegetariano</b>	<b>Seitan à Brás</b> Alergénios: Soja, sulfitos, glúten
<b>Sobremesa</b>	<b>Fruta   Doce   Iogurte</b> Alergénios: Leite

**JANTAR****Segunda-feira | 21.06.2021**


**Terça-feira | 22.06.2021**


**Quarta-feira | 23.06.2021**


**Quinta-feira | 24.06.2021**


**Sexta-feira | 25.06.2021**
