

Segunda-feira | 27.09.2021

Sopa	Legumes Alergénios: Não contém
Carne	Carne de porco, assada com arroz de passas Alergénios: Sulfitos
Peixe	Caldeirada de moluscos(pota) Alergénios: Moluscos, sulfitos
Vegetariano	Mista de grão Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Terça-feira | 28.09.2021

Sopa	Lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Jardineira de vitela Alergénios: Soja, glúten, vestígio de ovo, leite, aipo, sulfitos
Peixe	Massada de peixe Alergénios: Peixe, leite, glúten
Vegetariano	Paella de legumes Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quarta-feira | 29.09.2021

Sopa	Feijão branco com repolho Alergénios: Não contém
Carne	Esparguete à bolonhesa Alergénios: Sulfitos, leite, glúten
Peixe	Peixe-espada grelhado com batata a murro Alergénios: Peixe
Vegetariano	Ervilhas guisadas com salsicha de soja Alergénios: Aipo, soja, sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quinta-feira | 30.09.2021

Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Arroz à Valenciana Alergénios: Sulfitos vestígios de leite e soja
Peixe	Abrótea de cebolada com puré de batata Alergénios: Peixe, sulfitos, leite
Vegetariano	Soja de caril com arroz Alergénios: Peixe, leite, glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Sexta-feira | 01.10.2021

Sopa	Curgete e feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Pernas de frango no forno com arroz de açafraão Alergénios: Sulfitos, leite, glúten
Peixe	Bacalhau com natas Alergénios: Peixe, glúten, leite
Vegetariano	Esparguete com ervas aromáticas e salsicha vegetariana Alergénios: Glúten, sulfitos, soja
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

JANTAR

Segunda-feira | 27.09.2021

Terça-feira | 28.09.2021

Quarta-feira | 29.09.2021

Quinta-feira | 30.09.2021

Sexta-feira | 01.10.2021

ALMOÇO

Segunda-feira | 11.10.2021

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

Terça-feira | 12.10.2021

Sopa	Curgete com feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Carne de vaca à primavera (arroz, ervilhas, cenoura) Alergénios: Sulfitos
Peixe	Salmão à marinheiro com batata e cenoura Alergénios: Peixe, sulfitos, moluscos e crustáceos
Vegetariano	Feijão branco com salsicha de soja Alergénios: Soja, aipo, sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quarta-feira | 13.10.2021

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

Quinta-feira | 14.10.2021

Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Estufado de entrecosto com arroz de feijão Alergénios: Sulfitos pode conter vestígios de leite, peixe ou marisco
Peixe	Filetes gratinados com broa, batatinhas assadas e couve salteada Alergénios: Peixe, leite, glúten
Vegetariano	Jardineira de tofu Alergénios: Sulfitos, soja
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: leite

Sexta-feira | 15.10.2021

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

JANTAR

Segunda-feira | 11.10.2021

Sopa	Feijão catarino com lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Esparguete à Bolonhesa Alergénios: Sulfitos, leite, glúten, vestígios de aipo e soja
Peixe	
Vegetariano	Salteado de legumes com abacaxi Alergénios: Não contém
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Terça-feira | 12.10.2021

Sopa	Curgete com feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Meia desfeita de bacalhau Alergénios: Peixe, sulfitos, ovo
Vegetariano	Curgete recheada Alergénios: Sulfitos, leite
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quarta-feira | 13.10.2021

Sopa	Nabiça Alergénios: Não contém
Carne	Espetadas de porco, grelhadas com esparguete Alergénios: Glúten
Peixe	
Vegetariano	Tofu à Braga Alergénios: Glúten, soja
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Quinta-feira | 14.10.2021

Sopa	
Carne	
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	

Sexta-feira | 15.10.2021

Sopa	
Carne	
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	