

Segunda-feira | 13.09.2021

Sopa	Feijão catarino com lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Bife de porco com manga, arroz e batata frita Alergénios: Sulfitos pode conter vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Terça-feira | 14.09.2021

Sopa	Curgete com feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Filetes de pescada com batata-doce e pimenta Alergénios: Leite, sulfitos, peixe pode conter vestígios de glúten ou marisco
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quarta-feira | 15.09.2021

Sopa	Nabiça Alergénios: Não contém
Carne	Bife de vaca á portuguesa com batata frita à rodela Alergénios: Sulfitos, glúten, leite
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quinta-feira | 16.09.2021

Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Bife de peru com cebolada de laranja e mostarda Alergénios: Sulfitos, soja, leite, crustáceos, pode conter vestígio de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Sexta-feira | 17.09.2021

Sopa	Caldo verde Alergénios: Sulfitos, vestígios de soja, leite, ovo
Carne	Pernas de frango assada na brasa com arroz e batata frita Alergénios: Sulfitos, glúten, leite
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

JANTAR

Segunda-feira | 13.09.2021

Terça-feira | 14.09.2021

Quarta-feira | 15.09.2021

Quinta-feira | 16.09.2021

Sexta-feira | 17.09.2021

Segunda-feira | 20.09.2021

Sopa	Ervilhas Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Bacalhau grelhado com batata a murro e grelos Alergénios: Peixe, glúten, sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Terça-feira | 21.09.2021

Sopa	Feijão com hortaliça Alergénios: Não contém
Carne	Costeletas de porco á sevilhana com batata frita aos cubos Alergénios: Sulfitos, leite, crustáceos, vestígios de glúten, peixe e marisco
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quarta-feira | 22.09.2021

Sopa	Peixe Alergénios: Peixe pode conter vestígios de leite ou marisco
Carne	
Peixe	Medalhões de salmão com crosta de mostarda curgete e batata cozida Alergénios: Peixe, mostarda pode conter vestígios de leite ou marisco
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quinta-feira | 23.09.2021

Sopa	Alho francês Alergénios: Não contém
Carne	Frango no churrasco com arroz e batata frita Alergénios: Leite, sulfitos, vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Sexta-feira | 24.09.2021

Sopa	Agrião Alergénios: Não contém
Carne	Vitela na brasa com arroz branco e feijão preto Alergénios: Sulfitos, leite, glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Segunda-feira | 20.09.2021

Sopa	Ervilhas Alergénios: Não contém
Carne	Lombo de porco com ameixa batata corada e brócolos Alergénios: Sulfitos, leite, soja, glúten, vestígios de aipo
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Terça-feira | 21.09.2021

Sopa	Feijão com hortaliça Alergénios: Não contém
Carne	Arroz de pato Alergénios: Leite, soja, aipo, vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quarta-feira | 22.09.2021

Sopa	Peixe Alergénios: Peixe pode conter vestígios de leite ou marisco
Carne	Mimos de frango com castanhas Alergénios: Leite, sulfitos, vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quinta-feira | 23.09.2021

Sopa	Alho francês Alergénios: Não contém
Carne	Chili a mexicana Alergénios: Sulfitos, leite, aipo, soja
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Sexta-feira | 24.09.2021

Sopa	Agrião Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Bacalhau espiritual Alergénios: Peixe, glúten, leite
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

ALMOÇO**Segunda-feira | 27.09.2021**

Sopa	Legumes Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Bacalhau da avó com batata frita às rodelas e legumes cozidos Alergénios: Glúten, peixe, sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Terça-feira | 28.09.2021

Sopa	Lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Vaca estufada com mel e alecrim, castanhas, batatas assadas e feijão-verde Alergénios: Sulfitos, leite, vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quarta-feira | 29.09.2021

Sopa	Curgete e feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Carne de porco à Alentejana Alergénios: Leite, Sulfitos, crustáceos vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quinta-feira | 30.09.2021

Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Lombinhos de alcaide com arroz de feijão e legumes Alergénios: Sulfitos pode conter vestígios de leite peixe ou marisco
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Sexta-feira | 01.10.2021

Sopa	Feijão branco com repolho Alergénios: Não contém
Carne	Caril de frango com arroz Alergénios: Leite, glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

JANTAR**Segunda-feira | 27.09.2021**

Sopa	Legumes Alergénios: Não contém
Carne	Medalhões de porco, fritos com molho de mostarda e arroz primavera Alergénios: Sulfitos, mostarda, leite, vestígios de glúten aipo, soja, peixe ou marisco
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Terça-feira | 28.09.2021

Sopa	Lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Coxas de frango grelhadas com arroz alegre e batata Alergénios: Leite pode conter vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quarta-feira | 29.09.2021

Sopa	Curgete e feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Escalopes de peru com amêndoa torrada arroz e batata frita Alergénios: Frutos de casca rija, leite, vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quinta-feira | 30.09.2021

Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Carne de vaca assada com batata-doce Alergénios: Sulfitos, vestígios glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Sexta-feira | 01.10.2021

Sopa	Feijão branco com repolho Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Filetes de pescada com amêndoa, batata cenoura e couve-flor Alergénios: Glúten, peixe, frutos de casca rija
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

ALMOÇO**Segunda-feira | 04.10.2021**

Sopa	Hortaliça Alergénios: Não contém
Carne	Bifes de porco com camarões arroz e batata frita Alergénios: Crustáceos, vestígios de glúten de peixe, leite, marisco
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Terça-feira | 05.10.2021**Quarta-feira | 06.10.2021**

Sopa	Peixe Alergénios: Peixe vestígios de leite ou marisco
Carne	Perna de frango com molho de limão com arroz e batata frita Alergénios: Glúten, sulfitos, vestígios leite peixe e marisco
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quinta-feira | 07.10.2021

Sopa	Grão com couve Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Bacalhau lascado com broa e lombardo Alergénios: Peixe, glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Sexta-feira | 08.10.2021

Sopa	Feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Picanha grelhada com abacaxi, feijão preto e arroz branco Alergénios: sulfitos, leite, vestígios de glúten de peixe, marisco
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

JANTAR**Segunda-feira | 04.10.2021**

Sopa	Hortaliça Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Lasanha de bacalhau com curgete Alergénios: Leite, sulfitos, glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Terça-feira | 05.10.2021**Quarta-feira | 06.10.2021**

Sopa	Peixe Alergénios: Peixe vestígios de leite ou marisco
Carne	Pernil de porco caramelizado com abacaxi com batata-doce frita Alergénios: Sulfitos, leite pode conter vestígios de glúten, peixe ou marisco
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quinta-feira | 07.10.2021

Sopa	Grão com couve Alergénios: Não contém
Carne	Stroganoff de peru com arroz árabe Alergénios: sulfitos, frutos de casca rija, mostarda, pode conter vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Sexta-feira | 08.10.2021

Sopa	Feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Grelhada mista com migas e batata frita Alergénios: Glúten, leite, sulfitos
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Segunda-feira | 11.10.2021

Sopa	Feijão catarino com lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Ensopado de borrego com nabiças Alergénios: Sulfitos, glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Terça-feira | 12.10.2021

Sopa	Curgete com feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Medalhões de porco com legumes estufados. Alergénios: Pode conter vestígios de glúten, mostarda
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quarta-feira | 13.10.2021

Sopa	Nabiça Alergénios: Não contém
Carne	Bifes ao gengibre com molho de manteiga, vinho branco, arroz branco e escabeche de legumes Alergénios: Sulfitos, leite, vestígios de glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quinta-feira | 14.10.2021

Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Carne de porco a pescador Alergénios: Glúten, leite, crustáceos
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

Sexta-feira | 15.10.2021

Sopa	Caldo verde Alergénios: sulfitos, vestígios de soja, leite, ovo
Carne	Frango no forno com couscous Alergénios: Sulfitos, leite, frutos de casca rija
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

JANTAR

Segunda-feira | 11.10.2021

Sopa	Feijão catarino com lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Pá de porco com mel limão e arroz de sultanas Alergénios: Sulfitos, soja, leite, glúten vestígios de peixe ou marisco
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Terça-feira | 12.10.2021

Sopa	Curgete com feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Bifinhos de frango com amêndoa, arroz e batata frita Alergénios: Leite glúten, frutos de casca rija
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quarta-feira | 13.10.2021

Sopa	Nabiça Alergénios: Não contém
Carne	Bifinhos de peru com cogumelos arroz e batata frita Alergénios: Sulfitos, leite, glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Quinta-feira | 14.10.2021

Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Costeleta de porco com molho de laranja e arroz de legumes Alergénios: Leite pode conter vestígios glúten
Peixe	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

Sexta-feira | 15.10.2021

Sopa	Caldo verde Alergénios: sulfitos, vestígios de soja, leite, ovo
Carne	
Peixe	Bacalhau com natas Alergénios: Leite glúten pode conter vestígios de peixe ou marisco
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten

