

**ALMOÇO****Segunda-feira | 04.10.2021**

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

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

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

**Quinta-feira | 07.10.2021**

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

**Sexta-feira | 08.10.2021**

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

**JANTAR****Segunda-feira | 04.10.2021**

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

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

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

**Quinta-feira | 07.10.2021**

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

**Sexta-feira | 08.10.2021**

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

**Segunda-feira | 11.10.2021**

Sopa	<b>Feijão catarino com lombardo</b> Alergénios: Não contém
Carne	<b>Bifes de peru panados com amêndoa, arroz e batata frita</b> Alergénios: Sulfitos, glúten, fruto de casca rija
Peixe	
Sobremesa	<b>Fruta   Doce   Iogurte</b> Alergénios: Leite, glúten

**Terça-feira | 12.10.2021**

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

**Quarta-feira | 13.10.2021**

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

**Quinta-feira | 14.10.2021**

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

**Sexta-feira | 15.10.2021**

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

**JANTAR**

**Segunda-feira | 11.10.2021**

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

**Terça-feira | 12.10.2021**

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

**Quarta-feira | 13.10.2021**

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

**Quinta-feira | 14.10.2021**

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

**Sexta-feira | 15.10.2021**

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