

ALMOÇO

Segunda-feira 14.11.2022	
Sopa	Ervilhas Alergénios: Não contém
Prato	Tornedó com batata pala-pala e arroz de legumes Alergénios: Sulfitos leite
Terça-feira 15.11.2022	
Sopa	Feijão com hortaliça Alergénios: Não contém
Prato	Bife de frango grelhado com arroz e legumes Alergénios: Não contém
Quarta-feira 16.11.2022	
Sopa	Creme de couve-flor Alergénios: Não contém
Prato	Bacalhau com grelos envolvido em manto de broa e batata a murro Alergénios: Leite, peixe, glúten
Quinta-feira 17.11.2022	
Sopa	Alho francês Alergénios: Não contém
Prato	Lombo com castanhas e arroz árabe. Alergénios: Leite, sulfitos, vestígios de peixe ou marisco
Sexta-feira 18.11.2022	
Sopa	Agrião Alergénios: Não contém
Prato	Feijoada de chocos Alergénios: Sulfitos, moluscos,

ALMOÇO

Segunda-feira | 14.11.2022

Sopa	Ervilhas Alergénios: Não contém
Peixe	Solha à delícia com batata assada Alergénios: Peixe, leite,
Carne	Grelhada mista com migas e arroz de feijão Alergénios: Sulfitos, glúten
Vegetariano	Salteado de legumes, grão-de-bico e abacaxi com arroz de legumes Alergénios: Sulfitos,

Terça-feira | 15.11.2022

Sopa	Feijão com hortaliça Alergénios: Não contém
Peixe	Lasanha de atum e legumes Alergénios: Peixe, leite, glúten
Carne	Bifinhos de porco em cebolada com arroz de legumes Alergénios: Sulfitos
Vegetariano	Seitan à portuguesa Alergénios: Sulfitos, glúten

Quarta-feira | 16.11.2022

Sopa	Creme de couve-flor Alergénios: Não contém
Peixe	Pescada mediterrânica com batata e verduras Alergénios: Peixe, sulfitos,
Carne	Perna de peru assada com esparguete Alergénios: sulfitos, glúten
Vegetariano	Broa com cogumelos e arroz de feijão Alergénios: Glúten, sulfitos

Quinta-feira | 17.11.2022

Sopa	Alho francês Alergénios: Não contém
Peixe	Ensopado de lulas com puré de batata Alergénios: Moluscos, sulfitos, glúten, leite, ovo
Carne	Frango assado no forno com esparguete e legumes Alergénios: Sulfitos, vestígios de glúten, pode conter vestígios de leite, peixe ou mariscos
Vegetariano	Tachinho de soja e alecrim Alergénios: Sulfitos, soja

Sexta-feira | 18.11.2022

Sopa	Agrião Alergénios: Não contém
Peixe	Carapau grelhado com batata e cenoura Alergénios: Peixe
Carne	Strogonoff de vitela com cogumelos e arroz Alergénios: Sulfitos, leite
Vegetariano	Fava com chouriço/alheira (vegetariano)com arroz Alergénios: Sulfitos, aipo, glúten, soja

Sobremesa diária: Fruta | Doce | Iogurte

Alergénios: Leite, glúten