

ALMOÇO**Segunda-feira | 18.08.2023**

| | |
|------------------|--|
| Sopa | Ervilhas Alergénios: Não contém |
| Carne | Bifinhos com cogumelos, arroz e batata frita Alergénios: Sulfitos, leite, glúten |
| Peixe | |
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |

Terça-feira | 19.08.2023

| | |
|------------------|--|
| 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 | 20.08.2023

| | |
|------------------|---|
| Sopa | Peixe Alergénios: Peixe pode conter vestígios de leite ou marisco |
| Carne | |
| Peixe | Bacalhau com natas Alergénios: Peixe, leite, glúten |
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |

Quinta-feira | 21.08.2023

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

Sexta-feira | 22.08.2023

| | |
|------------------|---|
| 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 |

JANTAR**Segunda-feira | 18.08.2023**

| | |
|------------------|--|
| Sopa | |
| Carne | |
| Peixe | |
| Sobremesa | |

Terça-feira | 19.08.2023

| | |
|------------------|--|
| 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 | 20.08.2023

| | |
|------------------|--|
| 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 | 21.08.2023

| | |
|------------------|--|
| 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 | 22.08.2023

| | |
|------------------|---|
| Sopa | Agrião Alergénios: Não contém |
| Carne | Entrecosto de porco assado à bairrada com batata Alergénios: Sulfitos, glúten |
| Peixe | |
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |

ALMOÇO**Segunda-feira |**

| | |
|------------------|---|
| 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 |

| | |
|------------------|---|
| 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 |

| | |
|------------------|---|
| 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 |

| | |
|------------------|---|
| 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 |

| | |
|------------------|---|
| 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 |**

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

Terça-feira |

| | |
|------------------|---|
| 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 |

| | |
|------------------|---|
| 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 |

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

Sexta-feira |

| | |
|------------------|---|
| 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 |**

| | |
|------------------|---|
| 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 |

| | |
|------------------|--|
| Sopa | Agrião com cenoura Alergénios: Não contém |
| Carne | Bifes de frango com amêndoa no forno com batata corada e legumes Alergénios: Glúten, mostarda, leite, frutos de casca rija |
| Peixe | |
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |

Quarta-feira |

| | |
|------------------|---|
| 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 de leite, peixe e marisco |
| Peixe | |
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |

Quinta-feira |

| | |
|------------------|--|
| 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 |

| | |
|------------------|--|
| 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 |**

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

Terça-feira |

| | |
|------------------|---|
| Sopa | Agrião com cenoura Alergénios: Não contém |
| Carne | Vitela à moda de Lafões Alergénios: Sulfitos, leite, glúten |
| Peixe | |
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |

Quarta-feira |

| | |
|------------------|--|
| 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 |

| | |
|------------------|--|
| Sopa | Grão com couve Alergénios: Não contém |
| Carne | Strogonoff 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 |

| | |
|------------------|---|
| 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 |

LMOÇO**Segunda-feira |**

| | |
|-----------|--|
| 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 |

| | |
|-----------|---|
| 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 |

| | |
|-----------|---|
| 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 |

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

Sexta-feira |

| | |
|-----------|--|
| 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 |**

| | |
|-----------|---|
| 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 |

| | |
|-----------|---|
| 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 |

| | |
|-----------|---|
| 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 |

| | |
|-----------|---|
| 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 |

| | |
|-----------|---|
| 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 |