

ALMOÇO
Segunda-feira

| | |
|------------------|---|
| Sopa | Ervilhas Alergénios: Não contém |
| Carne | Carne de porco à alentejana Alergénios: Sulfitos, |
| Peixe | |
| Sobremesa | Fruta Doce logurte Alergénios: Leite, glúten |

Terça-feira

| | |
|------------------|---|
| Sopa | Feijão com hortaliça Alergénios: Não contém |
| Carne | |
| Peixe | Bacalhau com natas Alergénios: Peixe, leite, glúten |
| Sobremesa | Fruta Doce logurte Alergénios: Leite, glúten |

Quarta-feira

| | |
|------------------|--|
| Sopa | Peixe Alergénios: Peixe pode conter vestígios de leite ou marisco |
| Carne | Costeletas de porco à sevilhana com batata frita aos cubos Alergénios: Sulfitos, leite, crustáceos, vestígios de glúten, peixe e marisco |
| Peixe | |
| Sobremesa | Fruta Doce logurte Alergénios: Leite, glúten |

Quinta-feira

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

Peixe

| | |
|------------------|--|
| Sobremesa | Fruta Doce logurte Alergénios: Leite, glúten |
|------------------|--|

Sexta-feira

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

JANTAR
Segunda-feira

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

Terça-feira

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

Quarta-feira

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

Quinta-feira

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

Sexta-feira

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

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

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

Terça-feira

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

Quarta-feira
Quinta-feira

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

Sexta-feira

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

Semana de 27 de novembro a 1 de dezembro de 20223 (3)

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 amêndoas no forno com batata corada e legumes Alergénios: Glúten, mostarda, leite, frutos de casca rija |
| Peixe | |

| | |
|------------------|--|
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |
| | Alergénios: Leite, glúten |

Quarta-feira

| | |
|--------------|--|
| Sopa | Peixe Alergénios: Peixe vestígios de leite ou marisco |
| Carne | Perna de frango com molho de limão, arroz e batata frita Alergénios: Glúten, sulfitos, vestígios leite peixe e marisco |
| Peixe | |

| | |
|------------------|--|
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |
| | Alergénios: Leite, glúten |

Quinta-feira

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

| | |
|------------------|--|
| Peixe | Bacalhau lascado com broa e lombardo Alergénios: Peixe, glúten |
| Sobremesa | |

| | |
|------------------|--|
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |
| | 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 |
| | Alergénios: Leite, glúten |

JANTAR
Segunda-feira

| | |
|--------------|---|
| Sopa | Agrião com cenoura Alergénios: Não contém |
| Carne | Bifes de frango com amêndoas no forno com batata corada e legumes Alergénios: Glúten, mostarda, leite, frutos de casca rija |
| Peixe | |

| | |
|------------------|--|
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |
| | Alergénios: Leite, glúten |

Quarta-feira

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

| | |
|------------------|--|
| Sobremesa | Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten |
| | Alergénios: Leite, glúten |

| | |
|--------------|--|
| 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 |
| | Alergénios: Leite, glúten |

CANTINA 2- Snack-Bar

Semana de 04 a 08 de dezembro de 2023 (4)

ALMOÇO
Segunda-feira

Sopa **Feijão catarino com lombardo**

Alergénios: Não contém

Carne **Ensopado de borrego com nabícas**

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 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 à 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 coucous

Alergénios: Sulfitos, leite, frutos de casca rija

Peixe

Sobremesa **Fruta | Doce | iogurte**

Alergénios: Leite, glúten

JANTAR
Segunda-feira

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

Terça-feira

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

Quarta-feira

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

Quinta-feira

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

Sexta-feira

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