

Semana II Ementa 30 Setembro a 04 Outubro

REFEIÇÃO	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Couve flor	Feijão verde
Prato Normal (adultos e idosos)	Veleiro ⁴ assado com batata e salada	Frango assado com oregão com arroz de cenoura e salada
Prato Infantil	Tesourinhos no forno com arroz de espinafres	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Veleiro ⁴ assado simples com batata e feijão verde	Frango assado com oregão com arroz de cenoura e salada
Sobremesa	Fruta	Pudim flan ^{3,7} / fruta
Terça-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Cenoura com espinafres	Creme de brócolos
Prato Normal (adultos e idosos)	Massa á Lavrador (carne porco, frango, chouriço, couve lombarda, cenoura, feijão e macarronete)	Pescada frita ⁴ com salada russa
Prato Infantil	Massa á Lavrador (carne porco, frango, chouriço, couve lombarda, cenoura, feijão e macarronete)	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Perninha de frango corada com esparguete e brócolos	Pescada ⁴ estufada simples com salada russa
Sobremesa	Gelado / fruta	Fruta
Quarta-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Grão com Hortaliça	Cenoura com Feijão-verde
Prato Normal (adultos e idosos)	Cavala ⁴ á moda de peniche, com batata cozida e macedónia cozida	Rolo de carne com molho de tomate e massa espiral ¹ Salada
Prato Infantil	Salada de pescada com ervilhas, cenoura e ovo ralado	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Cavala ⁴ assada simples, batata, cenoura e feijão verde cozido	Hamburguer no forno com massa espiral ¹ e salada
Sobremesa	Fruta	Salada de fruta/ fruta
Quinta-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Alho francês	Creme de cenoura e coentros
Prato Normal (adultos e idosos)	Arroz de frango á portuguesa com salada	Escamudo ⁴ cozido com batata cozida, brócolos e cenoura cozida
Prato Infantil	Arroz de frango á portuguesa com salada	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Arroz de frango (simples) com salada	Escamudo ⁴ cozido com batata cozida, brócolos e cenoura cozida
Sobremesa	Fruta cozida / fruta	Fruta
Sexta-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Repolho	Grelas
Prato Normal (adultos e idosos)	Paloco gratinado no forno com espinafres	Carne de porco assada com arroz de ervilhas, alecrim e salada
Prato Infantil	Paloco gratinado no forno com espinafres	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Palmeta estufada com batata e couve-de-bruxelas cozida	Carne de porco assado com batatinha assada, alecrim e feijão verde
Sobremesa	Fruta	Gelatina ¹² com fruta / fruta
Sábado		
Sopa (Adultos e Crianças)	Feijão branco com espinafres / Creme de espinafres	Puré de courgette
Prato Normal (adultos e idosos)	Perna de peru estufada com massa esparguete e salada	Red fish assado no forno com puré de batata e feijão verde
Prato Infantil		
Prato Dieta(adultos e idosos)	Perna de peru cozida com massa esparguete e salada	Red fish assado no forno com puré de batata e feijão verde
Sobremesa	logurte ⁷ com fruta	Fruta
Domingo		
Sopa (Adultos e Crianças)	Abóbora com ervilhas	Creme de legumes
Prato Normal (adultos e idosos)	Pescada cozida ^{3,4} com todos	Croquetes com arroz alegre e salada
Prato Infantil		
Prato Dieta(adultos e idosos)	Pescada ⁴ cozida, batata, cenoura e couve lombardo	Hamburguer no forno com arroz alegre e salada
Sobremesa	Fruta	Gelado / fruta

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoads, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas.