

REFEIÇÃO	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Couve flor	Primavera
Prato Normal (adultos e idosos)	Douradinhos no forno com arroz de cenoura e milho	Cozido simples
Prato Infantil	Douradinhos no forno com arroz de cenoura e milho	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Palmeta⁴ assada simples com batata e feijão verde	Cozido simples
Sobremesa	Fruta	Pudim flan^{3,7} / fruta
Terça-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	4	Creme de brócolos
Prato Normal (adultos e idosos)	Rancho (Frango, chouriço, grão, cenoura, couve lombardo e massa macarronete)	Pescada estufada com arroz e jardineira cozida
Prato Infantil	Rancho (Frango, chouriço, grão, cenoura, couve lombardo e massa macarronete)	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Perna de frango grelhado com esparguete e brocolos	Pescada⁴ estufada simples com arroz e Jardineira cozida
Sobremesa	Gelatina com fruta¹² / fruta	Fruta
Quarta-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Abóbora com e massinha ¹	Feijão-verde
Prato Normal (adultos e idosos)	Salada de atum com feijão frade (batata, cenoura, feijão frade e atum)	Carne de vaca assada com massa espiral¹ e brócolos cozidos
Prato Infantil	Salada de atum com feijão frade (batata, cenoura, feijão frade e atum)	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Filete de Abrótea⁴ assado simples, batata, cenoura e feijão verde cozida	Carne de vaca assada simples com massa espiral¹ e brócolos cozidos
Sobremesa	Fruta	Salada de fruta/ fruta
Quinta-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Alho frances	Creme de tomate com orégãos
Prato Normal (adultos e idosos)	Carne de porco estufada com cenoura aos cubos e couve ripada com arroz branco	Arroz de peixe (Pescada e tintureira)
Prato Infantil	Carne de porco estufada com cenoura aos cubos e couve ripada com arroz branco	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Febr de porco grelhada com arroz branco, salada de alface e tomate	Red Fish cozido com batata cozida e couve-de-Bruxelas cozida
Sobremesa	Fruta cozida / fruta	Fruta
Sexta-feira		
Sopa (Adultos e Crianças)	Repolho	Grelós
Prato Normal (adultos e idosos)	Solha frita^{1,4} com arroz de grêlos e salada de tomate	Frango estufado com massa esparguete e macedónia cozida
Prato Infantil	Rissóis de pescada com arroz de grelos e salada de tomate	
Prato Dieta(adultos e idosos)	Solha grelhada⁴ com batata cozida e couve-de-Bruxelas cozida	Frango estufado commassa esparguete e macedónia cozida
Sobremesa	Fruta	Gelatina¹² com fruta / fruta
Sábado		
Sopa (Adultos e Crianças)	Creme de espinafres	Purê de courgette
Prato Normal (adultos e idosos)	Mão de vaca com grão e salada de cenoura, alface e tomate	Veleiro⁴ assado no forno com arroz de tomate e Feijão verde e cenoura cozidos
Prato Infantil		
Prato Dieta(adultos e idosos)	Hamburguer de vaca grelhado, esparguete^{1,6,12} e salada de cenoura, alface e tomate	Veleiro⁴ assada simples no forno com arroz de tomate e Feijão verde e cenoura cozidos
Sobremesa	logurte⁷ com fruta	Fruta
Domingo		
Sopa (Adultos e Crianças)	Abóbora	Creme de legumes
Prato Normal (adultos e idosos)	Pescada cozida^{3,4} com todos	Perna de porco assada, arroz branco e juliana de lombarda
Prato Infantil		
Prato Dieta(adultos e idosos)	Pescada⁴ cozida, batata, cenoura e couve Lombardo	Perna de porco assada simples, arroz branco e juliana de lombarda
Sobremesa	Fruta	Leite creme^{1,3,7} / fruta

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contêm glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 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.