



Semana de 05 a 09

Mês: Junho Ano: 2017

ALMOÇO



SEGUNDA-FEIRA

Sopa Creme de cenoura com espinafres

Prato Medalhões de pescada no forno com arroz e salada mista ⁴

Sob. Fruta da época

TERÇA-FEIRA

Sopa Sopa de macedónia

Prato Lombo assado e fatiado com esparguete e salada mista ^{1,3}

Sob. Fruta da época

QUARTA-FEIRA

Sopa Canja ^{1,3}

Prato Maruca cozida com batata cozida e legumes ⁴

Sob. Fruta da época

QUINTA-FEIRA

Sopa Caldo verde ^{1,12}

Prato Febras grelhadas com arroz de feijão e legumes

Sob. Fruta da época

SEXTA-FEIRA

Sopa Creme de ervilhas

Prato Lombos de pescada de cebolada com puré de batata e salada ^{4,7}

Sob. Fruta da época



OBSERVAÇÕES:

- Esta ementa poderá estar sujeita a alterações.
- A refeição contem ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfito; 13-Tremoço e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.
- A cada sopa/prato corresponde uma ficha técnica que pode, a qualquer altura, ser consultada.



Semana de 12 a 16

Mês: Junho Ano: 2017

ALMOÇO



SEGUNDA-FEIRA

Sopa Sopa de grão com espinafres

Prato Peito de peru no forno com arroz de legumes e salada

Sob. Fruta da época

TERÇA-FEIRA

Sopa Creme de legumes com alho francês

Prato Bacalhau à Gomes de Sá com legumes ^{3,4}

Sob. Fruta da época

QUARTA-FEIRA

Sopa Sopa de puré de batata com couve lombarda

Prato Coxinhas de frango no forno com lacinhos e salada ^{1,3}

Sob. Fruta da época

QUINTA-FEIRA

Sopa Creme de cenoura com massinhas ^{1,3}

Prato Salada russa com atum (natural) e legumes laminados ⁴

Sob. Fruta da época

SEXTA-FEIRA

Sopa Sopa de feijão verde

Prato Feijoada com arroz e legumes ^{1,12}

Sob. Fruta da época



OBSERVAÇÕES:

- Esta ementa poderá estar sujeita a alterações.
- A refeição contem ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfito; 13-Tremoço e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.
- A cada sopa/prato corresponde uma ficha técnica que pode, a qualquer altura, ser consultada.



Semana de 19 a 23

Mês: Junho Ano: 2017

ALMOÇO



SEGUNDA-FEIRA

Sopa Creme de alface

Prato Pá estufada aos cubos com fusili, cenoura, ervilhas e salada ^{1,3}

Sob. Fruta da época

TERÇA-FEIRA

Sopa Sopa de legumes variados (juliana)

Prato Arroz de peixe (pescada) com frutos do mar e legumes ^{2,4,14}

Sob. Fruta da época

QUARTA-FEIRA

Sopa Creme de abóbora com couve lombarda e massinhas ^{1,3}

Prato Espetadas de peru na chapa com batata cozida e salada de alface

Sob. Fruta da época/Gelatina

QUINTA-FEIRA

Sopa Couve portuguesa com feijão catarino

Prato Filetes de pescada de cebolada com arroz de cenoura e brócolos ⁴

Sob. Fruta da época

SEXTA-FEIRA

Sopa Creme de espinafres

Prato Febras grelhadas com cotovelinhos com feijão e salada ^{1,3}

Sob. Fruta da época



OBSERVAÇÕES:

- Esta ementa poderá estar sujeita a alterações.
- A refeição contem ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfito; 13-Tremoço e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.
- A cada sopa/prato corresponde uma ficha técnica que pode, a qualquer altura, ser consultada.



Semana de 26 a 30

Mês: Junho Ano: 2017

ALMOÇO



SEGUNDA-FEIRA

Sopa Cabeças de nabo com couve lombarda e cenoura

Prato Medalhões de pescada no forno com arroz de legumes e salada ⁴

Sob. Fruta da época

TERÇA-FEIRA

Sopa Creme de courgettes

Prato Ovos mexidos com fiambre de peru e cogumelos laminados com espirais e salada mista ^{1,3,6,7}

Sob. Fruta da época

QUARTA-FEIRA

Sopa Sopa de feijão verde com alho francês

Prato Pescada no forno com puré e legumes ^{4,7}

Sob. Fruta da época

QUINTA-FEIRA

Sopa Creme de ervilhas

Prato Vitela estufada aos cubos com esparguete e legumes cozidos ^{1,3}

Sob. Fruta da época

SEXTA-FEIRA

Sopa Couve branca com cenoura e esparguete ^{1,3}

Prato Maruca cozida com batata e legumes cozidos ⁴

Sob. Fruta da época



OBSERVAÇÕES:

- Esta ementa poderá estar sujeita a alterações.
- A refeição contem ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfito; 13-Tremoço e 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.
- A cada sopa/prato corresponde uma ficha técnica que pode, a qualquer altura, ser consultada.