

	SOPA COMPENSADA	ALMOÇO	MERENDA DA TARDE	JANTAR
2ª FEIRA	SOPA BASE + COUVE + FRANGO	SOPA: SOPA DE COUVE LOMBARDA GERAL: FILETES DE PESCADA PANADOS NO FORNO C/ ARROZ DE TOMATE E COUVE FLOR ^{1,4,9,10} DIETA: FILETE DE PESCADA NO FORNO AO NATURAL COM ARROZ DE COUVE FLOR ⁴ MOLE / PASTOSA: ARROZ DE PESCADA DESFIADA COM COUVE FLOR E CENOURA MIGADA ⁴ SOBREMESA: MAÇA	LEITE SIMPLES / CHÁ / CEVADA PÃO DE MISTURA CREME DE BARRAR VEGETAL	SOPA: SOPA DE COUVE LOMBARDA GERAL: JARDINEIRA DE FRANGO MOLE / PASTOSA: JARDINEIRA DE FRANGO SOBREMESA: PERA COZIDA
3ª FEIRA	SOPA BASE + COUVE FLOR+ PERU	SOPA: SOPA DE COUVE FLOR GERAL: RANCHO (VITELA ESTUFADA C/ GRÃO, CENOURA, CORAÇÃO E MACARRONETE) ¹ DIETA: VITELA ESTUFADA NATURAL C/ CENOURA, CORAÇÃO E MACARRONETE ¹ MOLE/PASTOSA: ALETRIA COM NOVILHO PICADO E CENOURA E COUVE MIGADA ¹ SOBREMESA: BANANA	IOGURTE PÃO DE MISTURA FIAMBRE	SOPA: SOPA DE COUVE FLOR GERAL: PESCADA NO FORNO COM ARROZ MALANDRINHO DE LEGUMES ⁴ MOLE/PASTOSA: ARROZ MELADINHO DE LEGUMES MIGADOS E PESCADA DESFIADA ⁴ SOBREMESA: PERA
4ª FEIRA	SOPA BASE+ PENCA+ NOVILHO	SOPA: SOPA DE FEIJÃO E PENCA GERAL: SALADA RUSSA (BATATA CUBOS, ERVILHAS, CENOURA, FEIJÃO VERDE) C ATUM E OVO ÀS RODELAS ^{3,4} DIETA: ATUM AO NATURAL C/ SALADA RUSSA ⁴ MOLE/PASTOSA: PESCADA ESTUFADA AO NATURAL COM BATATA E FEIJÃO-VERDE MIGADOS ⁴ SOBREMESA: LARANJA	LEITE SIMPLES / CHÁ / CEVADA PÃO DE MISTURA CREME DE BARRAR VEGETAL	SOPA: SOPA DE FEIJÃO E PENCA GERAL: MASSA COM CARNES E LEGUMES ¹ MOLE / PASTOSA: ALETRIA COM CARNE DESFIADA E LEGUMES MIGADOS ¹ SOBREMESA: MAÇA
5ª FEIRA	SOPA BASE + BRÓCOLOS+ NOVILHO	SOPA: SOPA DE BRÓCOLOS GERAL: PERNA DE FRANGO NO FORNO C LARANJA E ALECRIM C/ ARROZ E SALADA DE ALFACE E BETERRABA RIPADA DIETA: FRANGO ASSADO AO NATURAL COM ARROZ E COUVE CORAÇÃO MOLE /PASTOSA: ARROZ MELADINHO DE FRANGO DESFIADO COM COUVE MIGADA SOBREMESA: PERA	LEITE SIMPLES / CHÁ / CEVADA PÃO DE MISTURA QUEIJO FATIADO	SOPA: SOPA DE BRÓCOLOS GERAL: CALDEIRADA DE PEIXE COM BATATA, CENOURA, REPOLHO, PIMENTO E SALSA ⁴ MOLE/ PASTOSA: PESCADA ESTUFADA MIGADA COM BATATA E LEGUMES MIGADOS ⁴ SOBREMESA: BANANA
6ª FEIRA	SOPA BASE + REPOLHO+ FRANGO	SOPA: SOPA DE REPOLHO GERAL: ABRÓTEA ASSADA COM BATATA ASSADA E BRÓCOLOS ⁴ DIETA: ABRÓTEA GRELHADA COM BATATA E BRÓCOLOS COZIDOS ⁴ MOLE /PASTOSA: CALDEIRADA DE ABRÓTEA DESFIADA COM BATATA E BRÓCOLOS MIGADOS ⁴ SOBREMESA: CLEMENTINA	IOGURTE PÃO DE MISTURA MARMELADA / DOCE	SOPA: SOPA DE REPOLHO GERAL: OVOS ESCALFADOS EM CAMA DE LEGUMES COM ARROZ MALANDRINHO ³ MOLE/PASTOSA: AÇORDA DE OVO COM LEGUMES MIGADOS ^{1,3} SOBREMESA: PERA ASSADA
SÁBADO	SOPA BASE + NABIÇAS+ COELHO	SOPA: SOPA DE NABIÇAS GERAL: MOELAS ESTUFADAS COM CENOURA E COUVE COM ARROZ BRANCO ^{9,10} DIETA: PEITO DE FRANGO ESTUFADO NATURAL C/ ARROZ E LEGUMES MOLE/PASTOSA: AÇORDA DE MOELAS PICADA COM CENOURA E COUVE MIGADA ^{1,9,10} SOBREMESA: MAÇA	LEITE SIMPLES / CHÁ / CEVADA PÃO DE MISTURA CREME DE BARRAR VEGETAL	SOPA: SOPA DE NABIÇAS GERAL: BIFE DE FRANGO GRELHADO COM BATATA COZIDA E LEGUMES MOLE / PASTOSA: FRANGO DESFIADO COM BATATA E LEGUMES MIGADOS SOBREMESA: FRUTA
DOMINGO	SOPA BASE + REPOLHO + FRANGO	SOPA: SOPA DE REPOLHO GERAL: LOMBO DE PORCO ASSADO COM BATATA ASSADA E SALADA DE ALFACE E CENOURA DIETA: LOMBO DE PORCO ASSADO AO NATURAL COM BATATA, CENOURA E COUVE BRANCA COZIDA MOLE/ PASTOSA: LOMBO DE PORCO PICADO COM BATATA ASSADA MIGADA COM LEGUMES MIGADOS SOBREMESA: FRUTA	LEITE SIMPLES / CHÁ / CEVADA PÃO DE MISTURA QUEIJO FATIADO	SOPA: SOPA DE REPOLHO GERAL: ARROZ MALANDRINHO DE CAÇÃO C/ TOMATE, PIMENTO E SALSA ^{4,9,10} MOLE / PASTOSA: ARROZ MELADINHO COM CAÇÃO DESFIADO E LEGUMES MIGADOS ⁴ SOBREMESA: MAÇA COZIDA

Sopa Base: Batata, Cenoura, Cebola, Curgete/Abóbora, Alho.

Prevê-se A Alteração À Ementa Por Motivos Religiosos, Festividades, Alteração Da Sazonalidade Dos Produtos Hortícolas, Excesso Ou Rutura De Stock E Donativo.

Legenda Alergénios Presentes Em Gêneros Alimentícios (Segundo O Recomendado Pelo Regulamento Eu 1169/2011 E Esclarecimento 2/Dha/2014 Que Obriga À Comunicação De Alergénios Em Gêneros Alimentícios Não Pré-Embalados). A Sua Refeição Contém Ou Pode Conter As Seguintes Substâncias Ou Produtos E Seus Derivados: 1- Cereais Que Contêm Glúten; 2- Crustáceos E Produtos À Base De Crustáceos; 3- Ovos E Produtos À Base De Ovos; 4- Peixe E Produtos À Base De Peixe; 5- Amendoins E Produtos À Base De Amendoins; 6- Soja E Produtos À Base De Soja; 7- Leite E Produtos À Base De Leite; 8- Frutos De Casca Rija; 9- Aipo E Produtos À Base De Aipo; 10- Mostarda E Produtos À Mostarda; 11- Sementes De Sésamo E Produtos A Base De Sementes De Sésamo; 12- Óxido De Enxofre E Sulfitos; 13- Tremeço E Produtos À Base De Tremeço; 14- Moluscos E Produtos À Base De Moluscos.