

ALMOÇO

Segunda-feira 06.02.2017	
Sopa	Curgete com feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Lasanha de carne de vaca Alergénios: Glúten, soja, leite, sulfitos
Peixe	Raia frita com arroz de tomate Alergénios: Peixe, sulfitos, glúten
Vegetariano	Salteado de legumes com ananás Alergénios: Não contém
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Terça-feira 07.02.2017	
Sopa	Feijão catarino com lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Perna de peru com ervas aromáticas e massa Alergénios: Glúten, sulfitos, leite
Peixe	Meia desfeita de bacalhau Alergénios: Peixe, ovos, sulfitos
Vegetariano	Tofu à lagareiro Alergénios: Soja
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quarta-feira 08.02.2017	
Sopa	Nabiça Alergénios: Não contém
Carne	Espetadas de porco, grelhadas com esparguete Alergénios: Leite, glúten
Peixe	Caldeirada de lulas Alergénios: Moluscos, sulfitos
Vegetariano	Feijoada de alho francês Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quinta-feira 09.02.2017	
Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Escalopes de vitela com mostarda, cogumelos e puré Alergénios: Ovo, sulfitos, mostarda, leite
Peixe	Solha gratinada com arroz de ervilhas Alergénios: Peixe, leite, glúten
Vegetariano	Francesinha vegetariana Alergénios: Glúten, leite, sulfitos, ovo
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Sexta-feira 10.02.2017	
Sopa	Caldo verde Alergénios: Sulfitos, vestígios de soja
Carne	Frango estufado com arroz de lombardo Alergénios: Pode conter vestígios de leite peixe ou marisco
Peixe	Pescada no forno com bacon e batata Alergénios: Peixe, sulfitos pode conter vestígios de aipo, leite, ovo
Vegetariano	Beringela panada com lombardo estufado Alergénios: Ovo, sulfitos, glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

JANTAR

Segunda-feira 06.02.2017	
ENCERRADO	
Terça-feira 07.02.2017	
ENCERRADO	
Quarta-feira 08.02.2017	
ENCERRADO	
Quinta-feira 09.02.2017	
ENCERRADO	
Sexta-feira 10.02.2017	
ENCERRADO	

ALMOÇO

Segunda-feira 13.02.2017	
Sopa	Ervilhas Alergénios: Não contém
Carne	Arroz da aldeia Alergénios: Sulfitos
Peixe	Solha frita com salada russa Alergénios: Peixe, glúten, ovo
Vegetariano	Ratatouille Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Terça-feira 14.02.2017	
Sopa	Feijão com hortaliça Alergénios: Não contém
Carne	Almôndegas com massa esparguete Alergénios: Glúten, soja, sulfitos
Peixe	Salmão no forno com limão, batata e feijão-verde Alergénios: Peixe
Vegetariano	Legumes à Brás Alergénios: Ovos, leite, vestígios de glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quarta-feira 15.02.2017	
Sopa	Peixe Alergénios: Peixe pode conter vestígios de leite ou mariscos
Carne	Frango estufado com cogumelos e arroz branco Alergénios: Sulfitos
Peixe	Caldeirada de peixe Alergénios: Peixe, crustáceos, sulfitos, leite, moluscos
Vegetariano	Fusilli com beringela Alergénios: Glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quinta-feira 16.02.2017	
Sopa	Alho francês Alergénios: Não contém
Carne	Entrecosto com cenoura e ervilhas Alergénios: Sulfitos
Peixe	Bacalhau à Gomes de Sá Alergénios: Peixe, ovo
Vegetariano	Arroz de ervilhas e cogumelos Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: leite
Sexta-feira 17.02.2017	
Sopa	Agrião Alergénios: Não contém
Carne	Panados de peru à milanesa com esparguete Alergénios: Ovo, leite, glúten
Peixe	Atum com feijão-frade Alergénios: Peixe, ovo, sulfitos
Vegetariano	Risoto de alho com verduras Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

JANTAR

Segunda-feira 13.02.2017	
ENCERRADO	
Terça-feira 14.02.2017	
ENCERRADO	
Quarta-feira 15.02..2017	
ENCERRADO	
Quinta-feira 16.02.2017	
ENCERRADO	
Sexta-feira 17.02.2017	
ENCERRADO	

ALMOÇO

Segunda-feira 20.02.2017	
Sopa	Legumes Alergénios: Não contém
Carne	Carne de porco, assada com arroz de passas Alergénios: Sulfito pode conter vestígios de glúten
Peixe	Maruca de cebolada com puré de batata Alergénios: Peixe, ovo, sulfitos
Vegetariano	Vegetais estufados à marroquina Alergénios: Não contém
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: leite
Terça-feira 21.02.2017	
Sopa	Lombardo Alergénios: Não contém
Carne	Massa de peru com cogumelos gratinados no forno Alergénios: Glúten, sulfitos, leite
Peixe	Rainha grelhada com molho de limão, hortelã e batata cozida Alergénios: Peixe, leite
Vegetariano	Couve-de-bruxelas salteadas com alho francês Alergénios: Leite, soja
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quarta-feira 22.02.2017	
Sopa	Curgete e feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Frango estufado com esparguete e ervilhas Alergénios: Glúten pode conter vestígios de leite peixe
Peixe	Peixe-espada grelhado com batata a murro Alergénios: Peixe
Vegetariano	Tarte de lentilhas e cogumelos Alergénios: Sulfitos, leite, glúten, vestígios de peixe ou mariscos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quinta-feira 23.02.2017	
Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Arroz à valenciana Alergénios: Sulfitos pode conter vestígios de leite
Peixe	Bacalhau com natas Alergénios: Peixe, leite pode conter vestígios de glúten
Vegetariano	Seitan no forno com puré de batata Alergénios: Leite, ovo
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: leite
Sexta-feira 24.02.2017	
Sopa	Feijão branco com repolho Alergénios: Não contém
Carne	Jardineira de vitela Alergénios: Soja, glúten, vestígio de ovo, leite, aipo, sulfitos
Peixe	Arroz de moluscos à malandrinho Alergénios: Moluscos, sulfitos
Vegetariano	Caril de cogumelos Alergénios: Leite, sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

JANTAR

Segunda-feira 20.02.2017	
Sopa	Legumes Alergénios: Não contém
Carne	Bife à cervejaria com arroz e batata frita Alergénios: Glúten, leite
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: leite
Terça-feira 21.02.2017	
Sopa	Lombardo Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Perca a lagareiro com batata a murro Alergénios: Peixe
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quarta-feira 22.02.2017	
Sopa	Curgete e feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Costeleta grelhada com arroz alegre Alergénios: Leite
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quinta-feira 23.02.2017	
Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Filetes panados com arroz de ervilhas Alergénios: Peixe, glúten, leite, ovo
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: leite
Sexta-feira 24.02.2017	
Sopa	Feijão branco com repolho Alergénios: Não contém
Carne	Peru assado com molho de laranja e esparguete Alergénios: Sulfitos, glúten
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

ALMOÇO

Segunda-feira 27.02.2017	
Sopa	Hortaliça Alergénios: Não contém
Carne	Almôndegas de tomatada com arroz Alergénios: Glúten, soja
Peixe	Pescada cozida com batata, ovo e feijão-verde Alergénios: Peixe, ovo
Vegetariano	Francesinha vegetariana Alergénios: Leite, ovo, sulfitos, glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Terça-feira 28.02.2017	
Sopa	Agrião com cenoura Alergénios: Não contém
Carne	Vitela fatiada com puré Alergénios: Ovo, leite, sulfitos
Peixe	Lasanha de peixe e frutos do mar Alergénios: Peixe, glúten, leite, crustáceos, sulfitos
Vegetariano	Arroz de couve Alergénios: Não contém
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quarta-feira 01.03.2017	
Sopa	Peixe Alergénios: Peixe, moluscos
Carne	Bife à cervejaria com arroz e batata frita Alergénios: Mostarda, soja
Peixe	Solha frita com salada de feijão-frade ou açorda Alergénios: Glúten, peixe, sulfitos
Vegetariano	Beringela recheada Alergénios: Sulfitos
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quinta-feira 02.03.2017	
Sopa	Grão com couve Alergénios: Não contém
Carne	Coxas de frango à Mexicana (assadas no forno com orégãos e esparguete primavera) Alergénios: Glúten, soja, pode conter vestígios de leite, peixe ou marisco
Peixe	Abrótea de tomatada com arroz Alergénios: Peixe
Vegetariano	Tofu com capa de broa e arroz Alergénios: Leite, glúten
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Sexta-feira 03.03.2017	
Sopa	Feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Espetada de peru grelhada com arroz de ervilhas Alergénios: Sulfitos
Peixe	Pescada à Zé do pipo com puré de batata Alergénios: Peixe, sulfitos, ovos, leite
Vegetariano	Espetadas vegetarianas Alergénios: Soja
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite

JANTAR

Segunda-feira 27.02.2017	
Sopa	Hortaliça Alergénios: Não contém
Carne	Perna de porco, estufada com puré Alergénios: Leite, ovos, pode conter vestígios de leite, peixe ou marisco
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Terça-feira 28.02.2017	
Sopa	Agrião com cenoura Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Lulas estufadas com batata cozida Alergénios: Moluscos, sulfitos
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quarta-feira 01.03.2017	
Sopa	Peixe Alergénios: Peixe, moluscos
Carne	Empadão de vitela Alergénios: Leite, ovo, soja
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Quinta-feira 02.03.2017	
Sopa	Grão com couve Alergénios: Não contém
Carne	
Peixe	Atum com salada russa Alergénios: Peixe, sulfito
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite
Sexta-feira 03.03.2017	
Sopa	Feijão-verde Alergénios: Não contém
Carne	Frango com castanhas e arroz de açafraão Alergénios: Não contém
Peixe	
Vegetariano	
Sobremesa	Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite