

**ALMOÇO**

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

**JANTAR**

| Segunda-feira   06.02.2017 |                                                                                                                  |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sopa                       | <b>Curgete com feijão-verde</b><br>Alergénios: Não contém                                                        |
| Carne                      | <b>Carne de porco à portuguesa</b><br>Alergénios: Sulfitos pode conter vestígios de glúten                       |
| Peixe                      | <b>Arroz de peixe com delícias do mar</b><br>Alergénios: Sulfitos, moluscos, peixe, crustáceos                   |
| Vegetariano                | <b>Tarte de tomate e tofu</b><br>Alergénios: Glúten, leite, soja                                                 |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                               |
| Terça-feira   07.02.2017   |                                                                                                                  |
| Sopa                       | <b>Feijão catarino com lombardo</b><br>Alergénios: Não contém                                                    |
| Carne                      | <b>Carne de vaca à primavera (arroz, ervilhas, cenoura)</b><br>Alergénios: Sulfitos                              |
| Peixe                      | <b>Salmão à, marinho com batata e cenoura</b><br>Alergénios: Peixe, vestígios de leite, peixe ou marisco         |
| Vegetariano                | <b>Pizza vegetariana</b><br>Alergénios: Glúten, leite, ovos, sulfitos                                            |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                               |
| Quarta-feira   08.02.2017  |                                                                                                                  |
| Sopa                       | <b>Nabiça</b><br>Alergénios: Não contém                                                                          |
| Carne                      | <b>Frango assado com batata no forno</b><br>Alergénios: Sulfitos pode conter vestígios de leite peixe ou marisco |
| Peixe                      | <b>Peixe-espada frito com arroz de tomate</b><br>Alergénios: Peixe, sulfitos, glúten                             |
| Vegetariano                | <b>Gratinado de couve-flor e castanhas</b><br>Alergénios: Leite                                                  |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                               |
| Quinta-feira   09.02.2017  |                                                                                                                  |
| Sopa                       | <b>Espinafres</b><br>Alergénios: Não contém                                                                      |
| Carne                      | <b>Arroz de aves</b><br>Alergénios: Sulfitos, leite, ovo, soja, glúten pode conter vestígios de aipo             |
| Peixe                      | <b>Filetes gratinados com broa, batatinhas assadas e couve salteada</b><br>Alergénios: Peixe, glúten, leite      |
| Vegetariano                | <b>Strogonoff de cogumelos</b><br>Alergénios: Leite, glúten                                                      |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                               |
| Sexta-feira   10.02.2017   |                                                                                                                  |
| Sopa                       | <b>Caldo verde</b><br>Alergénios: Sulfitos, vestígios de soja                                                    |
| Carne                      | <b>Esparguete à bolonhesa</b><br>Alergénios: Soja, sulfitos, glúten                                              |
| Peixe                      | <b>Lulas de tomatada com puré de batata</b><br>Alergénios: Moluscos, ovo, leite                                  |
| Vegetariano                | <b>Seitan gratinado</b><br>Alergénios: Leite, glúten                                                             |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                               |

**ALMOÇO**

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

**JANTAR**

| Segunda-feira   13.02.2017 |                                                                                                          |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sopa                       | <b>Ervilhas</b><br>Alergénios: Não contém                                                                |
| Carne                      | <b>Bifinhos de porco em cebolada com arroz de legumes</b><br>Alergénios: Pode conter vestígios de glúten |
| Peixe                      | <b>Carapau grelhado com batata e cenoura cozida</b><br>Alergénios: Peixe                                 |
| Vegetariano                | <b>Tarte de arroz de grelos</b><br>Alergénios: Ovos, glúten                                              |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                       |
| Terça-feira   14.02.2017   |                                                                                                          |
| Sopa                       | <b>Feijão com hortaliça</b><br>Alergénios: Não contém                                                    |
| Carne                      | <b>Perna de peru assada com batata assada</b><br>Alergénios: Não contém                                  |
| Peixe                      | <b>Lasanha de bacalhau com espinafres</b><br>Alergénios: Peixe, leite, glúten                            |
| Vegetariano                | <b>Paelha de legumes</b><br>Alergénios: Sulfitos                                                         |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                       |
| Quarta-feira   15.02..2017 |                                                                                                          |
| Sopa                       | <b>Peixe</b><br>Alergénios: Peixe pode conter vestígios de leite ou mariscos                             |
| Carne                      | <b>Grelhada mista com migas e arroz de feijão</b><br>Alergénios: Sulfitos, glúten                        |
| Peixe                      | <b>Pescada à salaia com batata e legumes salteados</b><br>Alergénios: Peixe, sulfitos, glúten            |
| Vegetariano                | <b>Curgete recheada</b><br>Alergénios: Leite                                                             |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                       |
| Quinta-feira   16.02.2017  |                                                                                                          |
| Sopa                       | <b>Alho francês</b><br>Alergénios: Não contém                                                            |
| Carne                      | <b>Frango no forno com limão, esparguete e feijão-verde salteado</b><br>Alergénios: Sulfitos, glúten     |
| Peixe                      | <b>Ensopado de lulas com puré de batata</b><br>Alergénios: Moluscos, glúten, leite, ovo                  |
| Vegetariano                | <b>Omelete verde (alho francês, brócolos)</b><br>Alergénios: Ovo, leite                                  |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: leite                                                       |
| Sexta-feira   17.02.2017   |                                                                                                          |
| Sopa                       | <b>Agrião</b><br>Alergénios: Não contém                                                                  |
| Carne                      | <b>Escalopes de vitela com cogumelos e arroz branco</b><br>Alergénios: Leite, sulfitos                   |
| Peixe                      | <b>Solha à delícia com batata assada</b><br>Alergénios: Peixe, leite, glúten                             |
| Vegetariano                | <b>Empadão de espinafres</b><br>Alergénios: Sulfitos, soja                                               |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                       |

**ALMOÇO**

| Segunda-feira   20.02.2017 |                                                                                                                  |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sopa                       | <b>Caldo de galinha</b><br>Alergénios: Glúten pode conter vestígios de leite, peixe ou marisco                   |
| Entrada                    | <b>Crepe de legumes</b><br>Alergénios: Glúten                                                                    |
| Prato                      | <b>Chop Suey de frango com arroz xau-xau e salteado de legumes com gambas</b><br>Alergénios: Sulfito, crustáceos |
| Sobremesa                  | <b>Banana frita com caramelo</b><br>Alergénios: Glúten                                                           |
| Terça-feira   21.02.2017   |                                                                                                                  |
| Sopa                       | <b>Lombardo</b><br>Alergénios: Não contém                                                                        |
| Carne                      | <b>Massa de peru com cogumelos gratinados no forno</b><br>Alergénios: Glúten, sulfitos, leite                    |
| Peixe                      | <b>Rainha grelhada com molho de limão, hortelã e batata cozida</b><br>Alergénios: Peixe, leite                   |
| Vegetariano                | <b>Couve-de-bruxelas salteadas com alho francês</b><br>Alergénios: Leite, soja                                   |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                               |
| Quarta-feira 22.02.2017    |                                                                                                                  |
| Sopa                       | <b>Curgete e feijão-verde</b><br>Alergénios: Não contém                                                          |
| Carne                      | <b>Frango estufado com esparguete e ervilhas</b><br>Alergénios: Glúten pode conter vestígios de leite peixe      |
| Peixe                      | <b>Peixe-espada grelhado com batata a murro</b><br>Alergénios: Peixe                                             |
| Vegetariano                | <b>Tarte de lentilhas e cogumelos</b><br>Alergénios: Sulfitos, leite, glúten, vestígios de peixe ou mariscos     |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                               |
| Quinta-feira 23.02.2017    |                                                                                                                  |
| Sopa                       | <b>Espinafres</b><br>Alergénios: Não contém                                                                      |
| Carne                      | <b>Arroz à valenciana</b><br>Alergénios: Sulfitos pode conter vestígios de leite                                 |
| Peixe                      | <b>Bacalhau com natas</b><br>Alergénios: Peixe, leite pode conter vestígios de glúten                            |
| Vegetariano                | <b>Seitan no forno com puré de batata</b><br>Alergénios: Leite, ovo                                              |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: leite                                                               |
| Sexta-feira   24.02.2017   |                                                                                                                  |
| Sopa                       | <b>Feijão branco com repolho</b><br>Alergénios: Não contém                                                       |
| Carne                      | <b>Jardineira de vitela</b><br>Alergénios: Soja, glúten, vestígio de ovo, leite, aipo, sulfitos                  |
| Peixe                      | <b>Arroz de moluscos à malandrinho</b><br>Alergénios: Moluscos, sulfitos                                         |
| Vegetariano                | <b>Caril de cogumelos</b><br>Alergénios: Leite, sulfitos                                                         |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                               |

**JANTAR**

| Segunda-feira   20.02.2017 |                                                                                                                                                         |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sopa                       | <b>Legumes</b><br>Alergénios: Não contém                                                                                                                |
| Carne                      | <b>Bife à cervejaria com arroz e batata frita</b><br>Alergénios: Glúten, leite                                                                          |
| Peixe                      | <b>Potas guisadas com batata cenoura e Ervilhas</b><br>Alergénios: Moluscos, sulfitos                                                                   |
| Vegetariano                | <b>Tofu com natas</b><br>Alergénios: Leite, vestígios de glúten                                                                                         |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                                                                      |
| Terça-feira   21.02.2017   |                                                                                                                                                         |
| Sopa                       | <b>Lombardo</b><br>Alergénios: Não contém                                                                                                               |
| Carne                      | <b>Arroz da aldeia</b><br>Alergénios: Sulfitos                                                                                                          |
| Peixe                      | <b>Perca a lagareiro com batata a murro</b><br>Alergénios: Peixe                                                                                        |
| Vegetariano                | <b>Soja á portuguesa</b><br>Alergénios: Soja, sulfitos, vestígios de glúten                                                                             |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                                                                      |
| Quarta-feira   22.02.2017  |                                                                                                                                                         |
| Sopa                       | <b>Curgete e feijão-verde</b><br>Alergénios: Não contém                                                                                                 |
| Carne                      | <b>Costeleta grelhada com arroz alegre</b><br>Alergénios: Leite                                                                                         |
| Peixe                      | <b>Empadão de peixe</b><br>Alergénios: Peixe, sulfitos, crustáceos, leite, ovo                                                                          |
| Vegetariano                | <b>Empadão de cenoura</b><br>Alergénios: Leite, ovo, soja                                                                                               |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                                                                      |
| Quinta-feira   23.02.2017  |                                                                                                                                                         |
| Sopa                       | <b>Espinafres</b><br>Alergénios: Não contém                                                                                                             |
| Carne                      | <b>Frango na cebola (frango estufado, cebola aos cubos, alecrim, limão batata cozida)</b><br>Alergénios: Sulfitos, vestígios de leite, peixe ou marisco |
| Peixe                      | <b>Filetes panados com arroz de ervilhas</b><br>Alergénios: Peixe, glúten, leite, ovo                                                                   |
| Vegetariano                | <b>Ervilhas guisadas com chouriço vegetariano</b><br>Alergénios: soja, sulfitos, ovo                                                                    |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: leite                                                                                                      |
| Sexta-feira   24.02.2017   |                                                                                                                                                         |
| Sopa                       | <b>Feijão branco com repolho</b><br>Alergénios: Não contém                                                                                              |
| Carne                      | <b>Peru assado com molho de laranja e esparguete</b><br>Alergénios: Sulfitos, glúten                                                                    |
| Peixe                      | <b>Abrótea no forno com batatinha e brócolos</b><br>Alergénios: Peixe                                                                                   |
| Vegetariano                | <b>Lasanha de pão com requeijão e nozes</b><br>Alergénios: Leite, glúten, nozes                                                                         |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                                                                      |

**ALMOÇO**

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

**JANTAR**

| Segunda-feira   27.02.2017 |                                                                                                                       |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sopa                       | <b>Hortaliça</b><br>Alergénios: Não contém                                                                            |
| Carne                      | <b>Perna de porco, estufada com puré</b><br>Alergénios: Leite, ovos, pode conter vestígios de leite, peixe ou marisco |
| Peixe                      | <b>Marmota frita com feijão-frade</b><br>Alergénios: Peixe, glúten e sulfitos                                         |
| Vegetariano                | <b>Grão colorido</b><br>Alergénios: Sulfitos                                                                          |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                                    |
| Terça-feira   28.02.2017   |                                                                                                                       |
| Sopa                       | <b>Agrião com cenoura</b><br>Alergénios: Não contém                                                                   |
| Carne                      | <b>Strogonoff de peru com fusilli</b><br>Alergénios: Glúten, leite                                                    |
| Peixe                      | <b>Lulas estufadas com batata cozida</b><br>Alergénios: Moluscos, sulfitos                                            |
| Vegetariano                | <b>Salteado de brócolos e espargos com amendoim</b><br>Alergénios: Não contém                                         |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                                    |
| Quarta-feira   01.03.2017  |                                                                                                                       |
| Sopa                       | <b>Peixe</b><br>Alergénios: Peixe, moluscos                                                                           |
| Carne                      | <b>Empadão de vitela</b><br>Alergénios: Leite, ovo, soja                                                              |
| Peixe                      | <b>Bacalhau à Brás</b><br>Alergénios: Leite                                                                           |
| Vegetariano                | <b>Strogonoff vegetariano com arroz</b><br>Alergénios: Sulfitos, leite                                                |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                                    |
| Quinta-feira   02.03.2017  |                                                                                                                       |
| Sopa                       | <b>Grão com couve</b><br>Alergénios: Não contém                                                                       |
| Carne                      | <b>Bife de porco à, café com arroz de alho</b><br>Alergénios: Leite                                                   |
| Peixe                      | <b>Atum com salada russa</b><br>Alergénios: Peixe, sulfito                                                            |
| Vegetariano                | <b>Omelete de curgete</b><br>Alergénios: Leite                                                                        |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                                    |
| Sexta-feira   03.03.2017   |                                                                                                                       |
| Sopa                       | <b>Feijão-verde</b><br>Alergénios: Não contém                                                                         |
| Carne                      | <b>Frango com castanhas e arroz de açafraão</b><br>Alergénios: Não contém                                             |
| Peixe                      | <b>Tortilha de peixe com espinafres</b><br>Alergénios: Ovo, peixe                                                     |
| Vegetariano                | <b>Seitan com batata-doce</b><br>Alergénios: Leite                                                                    |
| Sobremesa                  | <b>Fruta   Doce   Iogurte</b><br>Alergénios: Leite                                                                    |