

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira						
				01-02-2018	02-02-2018						
3ª				Kcal JVEB	Kcal JVEB						
Sopa				Nabiças	104 Feijão com lombardo						
Prato				Arroz de pato	591 Tesourinhos de peixe (forno)						
Guarnição/Acompanhamento				Salada de alface e cenoura ralada	56 Arroz de ervilhas e cenoura						
Sobremesa				Fruta da época	49 Fruta da época						
Lanche				Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348 Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta						
	05-02-2018	06-02-2018	07-02-2018	08-02-2018	09-02-2018						
	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB						
4ª	Sopa	Creme de cenoura	91 Couve portuguesa com feijão	194	Creme de abóbora com courgette	100	Puré de grão com espinafres	Sopa de feijão verde	99		
	Prato	Rolo de carne de vaca com molho de cenoura	310	Pescada frita	273	Empadão de carne de vaca (arroz)	610	Bacalhau à Gomes de Sá	Perna de peru assada	270	
	Guarnição/Acompanhamento	Arroz de ervilhas e salada de alface e tomate	399	Salada camponesa	196				Massa espiral tricolor e salada de alface	373	
	Sobremesa	Fruta da época	49	Fruta da época	49	Fruta da época	49	Gelatina	110	Fruta da época	49
	Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	324	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406
	12-02-2018	13-02-2018	14-02-2018	15-02-2018	16-02-2018						
	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB						
5ª	Sopa	Alho francês	109		Creme de brócolos	100	Nabiças	104	Feijão verde	99	
	Prato	Arroz de atum	663		Bacalhau gratinado (batata palha, molho branco)	517	Frango assado	286	Filletes de pescada estufados com molho de tomate	197	
	Guarnição/Acompanhamento	Salada de alface e tomate	54	Carnaval	Salada de alface	50	Arroz de ervilhas e cenoura	351	Salada camponesa e salada de alface e cenoura ralada	252	
	Sobremesa	Fruta da época	49		Fruta da época	49	Fruta da época	49	Gelatina	110	
	Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348		Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	324	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	
	19-02-2018	20-02-2018	21-02-2018	22-02-2018	23-02-2018						
	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB						
6ª	Sopa	Agrião	102	Feijão branco com nabiças	167	Puré de abóbora com espinafres	104	Feijão com lombardo	187	Juliana	100
	Prato	Peito de frango estufado com legumes	231	Filletes de pescada estufados com legumes	313	Strogonoff de porco	352	Salada de feijão frade com atum	420	Carne de vaca à bolonhesa (esparguete)	658
	Guarnição/Acompanhamento	Massa espiral	323	Arroz de tomate e salada de alface	385	Macarronete e macedónia cozida	416	Cenoura cozida às rodelas	54	Salada de tomate	56
	Sobremesa	Fruta da época	49	Fruta da época	49	Fruta da época	49	Gelatina	110	Fruta da época	49
	Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	324	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406
	26-02-2018	27-02-2018	28-02-2018								
	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB	Kcal JVEB						
7ª	Sopa	Alho francês	109	Creme de cenoura	91	Puré de grão com espinafres	149				
	Prato	Pastéis de bacalhau	359	Hambúrguer de vaca grelhado	215	Bacalhau gratinado (batata palha, molho branco)	517				
	Guarnição/Acompanhamento	Arroz de tomate	335	Arroz branco	451	Salada de alface	50				
	Sobremesa	Fruta da época	49	Fruta da época	49	Iogurte de aromas	89				
	Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	324				

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1Cereais que contém glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixe, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoços, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. **Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**