

	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	01/04/2024		02/04/2024		03/04/2024		04/04/2024		05/04/2024	
Sopa	Lombardo ¹²	81	Puré de legumes ¹²	97	Abóbora com alho francês ¹²	55	Feijão com lombardo ¹²	100	Nabiça ¹²	74
Prato	Filetes de peixe com molho de cenoura e oregãos (escamudo) ⁴	162	Hambúrguer de aves no forno ^{1,12}	151	Pescada ⁴ estufada com cenoura ralada	160	Feijoada à transmontana	287	Bolonhesa de atum (Esparguete) ^{1,4}	365
6ª Guarnição/Acompanhamento	Batata corada e brócolos cozidos	151	Arroz branco e salada	246	Salada de batata, ervilha, cenoura e milho	191	Arroz branco e alface	178	Salada de alface e beterraba	72
Sobremesa	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Gelatina	110
Lanche	Pão mistura ¹ com creme vegetal de barrar ^{6,7} , iogurte aromas ⁷	244	Pão de mistura com queijo ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	266	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça de fruta	266	Pão de mistura ¹ com creme vegetal de barrar ^{6,7} e leite simples ⁷	249	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça fruta	266
	08/04/2024		09/04/2024		10/04/2024		11/04/2024		12/04/2024	
Sopa	Hortaliça ¹²	81	Creme de cenoura ¹²	68	Abóbora com espinafres ¹²	56	Feijão branco com nabiça ¹²	98	Juliana ¹²	81
Prato	Frango corado	247	Bacalhau gratinado ^{1,4,7}	338	Carne de porco estufada aos cubos com cenoura	177	Filetes de pescada ⁴ estufados com legumes	241	Chili de vitela ^{1,6,12}	356
1ª Guarnição/Acompanhamento	Arroz alegre e cenoura cozida às rodelas	152	Salada de alface e tomate	57	Massa espiral ¹ e macedónia	195	Batata corada, alface e beterraba	206	Esparguete ¹ , milho e ervilhas cozido	198
Sobremesa	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44
Lanche	Pão mistura ¹ com creme vegetal de barrar ^{6,7} , iogurte aromas ⁷	244	Pão de mistura com queijo ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	291	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça de fruta	266	Pão de mistura ¹ com creme vegetal de barrar ^{6,7} e leite simples ⁷	249	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça fruta	266
	15/04/2024		16/04/2024		17/04/2024		18/04/2024		19/04/2024	
Sopa	Alho francês ¹²	73	Primavera ¹²	79	Grão com espinafres ¹²	107	Couve branca com cenoura ¹²	78	Puré de legumes ¹²	97
Prato	Filetes de peixe estufados com cenoura e ervilhas (escamudo) ⁴	162	Carne à bolonhesa (massa espiral) ^{1,6,12}	280	Arroz de cavala ⁴	360	Rancho ¹	448	Massinha de peixe com coentros (cardinal) ^{1,4}	263
2ª Guarnição/Acompanhamento	Arroz branco e cenoura cozida às rodelas	172	Salada de alface e couve roxa	67	Salada de tomate	51	Salada de alface e beterraba	72	Salada de alface	51
Sobremesa	Fruta da época	44	Iogurte aromas	89	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44
Lanche	Pão de mistura ¹ com creme vegetal de barrar ^{6,7} , iogurte aromas ⁷	244	Pão de mistura com queijo ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	291	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça de fruta	266	Pão de mistura ¹ com creme vegetal de barrar ^{6,7} e leite simples ⁷	249	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça fruta	266
	22/04/2024		23/04/2024		24/04/2024		25/04/2024		26/04/2024	
Sopa	Juliana ¹²	81	Caldo verde ¹²	78	Creme de couve flor ¹²	74			Agrião com feijão branco ¹²	80
Prato	Strogonoff de porco ⁷	203	Salada de atum ⁴ à camponesa	371	Almôndegas mistas ^{1,6,12} com molho de tomate	173			Frango assado	247
3ª Guarnição/Acompanhamento	Arroz branco e brócolos cozidos	179			Esparguete ¹ e salada de alface e tomate	119	FERIADO		Massa espiral ¹ e feijão verde cozido	118
Sobremesa	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44			Fruta da época	44
Lanche	Pão mistura ¹ com creme vegetal de barrar ^{6,7} , iogurte aromas ⁷	244	Pão de mistura com queijo ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	266	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça de fruta	266			Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça fruta	266
	29/04/2024		30/04/2024							
Sopa	Hortaliça ¹²	81	Cenoura com nabiça ¹²	86						
Prato	Filetes de pescada ⁴ estufados em molho de tomate	241	Carne de porco estufada com ervilhas e cenoura	198						
4ª Guarnição/Acompanhamento	Arroz branco e salada de alface e couve roxa	256	Esparguete ¹ e salada de tomate	158						
Sobremesa	Fruta da época	44	Iogurte aromas	89						
Lanche	Pão mistura ¹ com creme vegetal de barrar ^{6,7} , iogurte aromas ⁷	244	Pão de mistura com queijo ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	266						

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