

	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	03/02/2025		04/02/2025		05/02/2025		06/02/2025		07/02/2025	
Sopa	Cenoura com brócolos	93	Grão ^{6,13} com espinafres e cenoura	124	Hortaliça	76	Creme de abóbora	69	Canja ^{1,6,10}	171
Prato	Arroz de carne de porco, feijão ^{6,13} , cenoura e lombardo	436	Pescada ^{2,4} assada com cenoura	141	Perninha de frango no forno	247	Bacalhau gratinado com espinafres e cenoura ^{1,2,4,6,7,10,12,14}	308	Almondegas mistas ^{1,6,12} com molho de cenoura	239
5ª Guarnição/Acompanhamento	-	-	Batata assada e macedónia cozida	195	Massa espiral tricolor ^{1,6,10} e salada mista	120	Salada mista	14	Massa esparguete ^{1,6,10} e salada mista	121
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}	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
	10/02/2025		11/02/2025		12/02/2025		13/02/2025		14/02/2025	
Sopa	Creme de legumes	91	Caldo verde	87	Lentilhas com cenoura aos cubos	94	Abóbora com curgete	69	Creme de alho francês com repolho	91
Prato	Filetes de pescada ^{2,4} estufados em molho de cenoura e oregãos	206	Perna de peru assada com laranja	218	Salada de Maruca ⁴ com batata, cenoura e milho	242	Feijoada á transmontana ^{6,13}	299	Cavala com massa espiral tricolor e legumes ^{1,4,6,10}	387
6ª Guarnição/Acompanhamento	Arroz branco e brócolos	173	Esparguete ^{1,6,10} e salada mista	121	-	-	Arroz branco	83	-	-
Sobremesa	Fruta da época	44	iogurte aromas ⁷	89	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	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
	17/02/2025		18/02/2025		19/02/2025		20/02/2025		21/02/2025	
Sopa	Creme de cenoura com massinha ^{1,6,10}	107	Feijão ^{6,13} com lombardo	106	Creme de abóbora com feijão verde	81	Creme de cenoura	85	Cenoura e alho francês	83
Prato	Arroz de aves (frango e peru)	411	Cardinal ⁴ no forno	150	Hamburguer de vaca ^{1,6,12} grelhado	167	Pastéis de bacalhau ^{1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12,13,14}	270	Carne de porco estufada aos cubos com cenoura	285
1ª Guarnição/Acompanhamento	Salada mista	14	Batata corada, cenoura e feijão verde cozido	137	Massa espiral ^{1,6,10} e salada mista	120	Arroz de feijão ^{6,13} e salada mista	183	Massa esparguete ^{1,6,10} e ervilhas cozidas	148
Sobremesa	Fruta da época	44	Gelatina	110	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}	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
	24/02/2025		25/02/2025		26/02/2025		27/02/2025		28/02/2025	
Sopa	Hortaliça	76	Grão ^{6,13} com lombardo	122	Abóbora com alho francês	88	Alho francês	93	Creme de curgete com cenoura	81
Prato	Lasanha de atum ^{1,3,4,6}	362	Stroganoff de porco ^{7,9,12}	297	Salada de salmão e massa fusilli com feijão verde, cenoura e milho ^{1,4,6,10}	473	Perú assado	218	Saladinha de grão com bacalhau, ovo, batata cozida e cenoura ^{2,3,4,6,12,13,14}	380
2ª Guarnição/Acompanhamento	Salada mista	14	Arroz branco e salada mista	171	-	-	Arroz alegre (milho, cenoura, ervilha)	171	Salada mista	14
Sobremesa	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Gelatina	110
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}	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

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