

2º Feira

Sopa	Sopa de Nabijas
Prato	Carbonara de Cogumelos e Fiambre (1, 3, 7)
Alternativo	Rissoto de Cogumelos c/ Tomilho e Queijo Ilha (1, 7)
Dieta	Bife de Atum c/ Cebolada e Batata Cozida (4)
Sobremesa	Fruta Variada

3º Feira

Sopa	Creme de Espinafres
Prato	Filetes de Pescada c/ Arroz de Cenoura (3, 4)
Alternativo	Gnocchi de Batata c/ Pesto e Tomate Seco (1, 3, 7, 8)
Dieta	Bifes de Perú c/ Penne (1)
Sobremesa	Fruta Variada

4º Feira

Sopa	Creme de Couve-Flor
Prato	Arroz de Frango c/ Linguica (12)
Alternativo	Tomatada c/ Ovos Escalfados (3)
Dieta	Bacalhau Cozido c/ Grão, Batata e Ovo Cozido (3, 4)
Sobremesa	Fruta Variada

5º Feira

Sopa	Canja de Galinha c/ Massinhas (1)
Prato	Carne de Porco à Portuguesa
Alternativo	Chili Vegetariano c/ Arroz
Dieta	Espetada de Peixe Mista c/ Arroz (4)
Sobremesa	Fruta Variada

6º Feira

Sopa	Sopa de Tomate c/ Crotões Aromatizados
Prato	Pizza de Queijo e Fiambre (1, 7, 12)
Alternativo	Francesinha Vegetariana c/ Batata Frita (1, 3, 7)
Dieta	Peixe Espada Preto Grelhado c/ Batata e Brócolos (4)
Sobremesa	Fruta Variada

As refeições servidas poderão conter substâncias ou produtos que provocam alergias ou intolerâncias.

1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 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-Tremoço, 14-Moluscos.