



2 Feira

Sopa	Sopa de Nabijas
Prato	Rissóis de Pescada c/ Arroz de Tomate (1, 3, 4)
Alternativo	Raviolis c/ Espinafres e Queijo (1, 7)
Dieta	Espetadas de Perú c/Linguini (1, 12)
Sobremesa	Fruta Variada
Prato do Dia	Arroz Colorido de Atum (4)

3 Feira

Sopa	Sopa de Peixe c/ Coentros (4)
Prato	Fusili c/ Carne Bolonhesa e Parmesão (1)
Alternativo	Ervilhas c/ Ovos Escalfados (3, 6)
Dieta	Medalhães de Peixe à Lagareiro (4)
Sobremesa	Fruta Variada
Prato do Dia	Chili de Carne de Porco c/ Arroz (12)

4 Feira

Sopa	Sopa de Feijão c/ Lombardo
Prato	Arroz de Frango c/ Linguica (12)
Alternativo	Feijoada de Cogumelos c/ Arroz
Dieta	Dourada Grelhada c/ Legumes Cozidos (4)
Sobremesa	Fruta Variada
Prato do Dia	Jardineira de Frango

5 Feira

Sopa	Caldo Verde (Chouriço à Parte)
Prato	Bacalhau à Brás c/ Salada Mista (1, 3, 4, 6, 10)
Alternativo	Folhado de Legumes c/ Semente Sésamo (1, 3, 11)
Dieta	Febras Grelhadas c/ Arroz de Cenoura
Sobremesa	Fruta Variada
Prato do Dia	Empadão de Pescada c/ Salada Mista (3, 4, 7)

6 Feira

Sopa	Crema de Legumes
Prato	Perna de Frango no Forno c/ Batata Assada (12)
Alternativo	Panados de Beringela c/ Arroz de Tomate (1, 3)
Dieta	Espadarte Grelhado c/ Legumes Assados (4)
Sobremesa	Fruta Variada
Prato do Dia	Fusili c/ Frango Gratinado (1, 7)

As refeições servidas poder o 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.