

SEGUNDA-FEIRA | 06 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE AGRIÃO | | |
| Prato | TRONQUINHOS DE PESCADA NO FORNO CM ARROZ DE ERVILHAS | 1,3,4 | |
| Dieta | LOMBOS DE PESCADA ASSADOS COM ARROZ DE ERVILHAS | 4 | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, CENOURA E TOMATE | | |
| Sobremesa | LARANJA | | |
| Lanche | LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + CEREAIS (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR) | 1,7 | |



TERÇA-FEIRA | 07 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | CREME DE LEGUMES | | |
| Prato | PÁ DE PORCO ASSADA COM LEGUMES À BRÁS | 3 | |
| Dieta | BIFE DE PERU GRELHADO COM BATATA COZIDA | | |
| Salada | INCORPORADOS NO PRATO (ALHO-FRANCÊS, CENOURA E CURGETE) | | |
| Sobremesa | PERA | | |
| Lanche | IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA | 1,7 | |

QUARTA-FEIRA | 08 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE FEIJÃO-BRANCO E NABIÇAS | | |
| Prato | ESPARGUETE À BOLONHESA DE PALOCO | 1,4 | |
| Dieta | MEDALHÕES DE PESCADA COZIDOS COM ESPARGUETE | 1,4 | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, PEPINO E TOMATE | | |
| Sobremesa | BANANA | | |
| Lanche | LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA | 1,7 | |

QUINTA-FEIRA | 09 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE COUVE-LOMBARDA | | |
| Prato | PERNAS DE FRANGO ESTUFADAS COM ARROZ BRANCO | | |
| Dieta | PERNAS DE FRANGO ESTUFADAS SIMPLES COM ARROZ BRANCO | | |
| Salada | BRÓCOLOS, CENOURA E COUVE-FLOR | | |
| Sobremesa | MAÇÃ | | |
| Lanche | IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO | 1,7 | |

SEXTA-FEIRA | 10 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE FEIJÃO-VERDE | | |
| Prato | MASSADA DE PEIXE E DELÍCIAS DO MAR | 1,2,4,14 | |
| Dieta | MASSADA SIMPLES DE PEIXE | 1,4 | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, ALFACE-ROXA E TOMATE | | |
| Sobremesa | TANGERINA | | |
| Lanche | LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO MISTURA COM MANTEIGA | 1,7 | 6,12 |

Alergénios: (1) Glúten; (2) Crustáceos; (3) Ovos; (4) Peixe; (5) Amendoim; (6) Soja; (7) Leite; (8) Frutos de Casca Rija; (9) Aipo; (10) Mostarda; (11) Sementes de Sésamo; (12) Sulfitos; (13) Tremçoço; (14) Moluscos

Elaborado por: Patrícia Abreu (2017N)

Nota: A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais

SEGUNDA-FEIRA | 13 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | CREME DE CENOURA | | |
| Prato | PERNA DE PERU ASSADA COM ARROZ DE CENOURA | | |
| Dieta | BIFE DE PERU GRELHADO COM ARROZ DE CENOURA | | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, CENOURA E TOMATE | | |
| Sobremesa | BANANA | | |
| Lanche | IOGURTE DE AROMA + PÃO MISTURA COM MANTEIGA | 1,7 | |



TERÇA-FEIRA | 14 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|--|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | CALDO-VERDE | | |
| Prato | SALADA RUSSA DE ATUM | 4 | |
| Dieta | PESCADA COZIDA COM BATATA COZIDA | 4 | |
| Salada | INCORPORADOS NO PRATO (CENOURA, ERVILHAS E FEIJÃO-VERDE) | | |
| Sobremesa | LARANJA | | |
| Lanche | LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO MISTURA COM DOCE (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR) | 1,7 | |

QUARTA-FEIRA | 15 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|--|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE ALFACE | | |
| Prato | HAMBÚRGUER MISTO COM MASSA | 1 | |
| Dieta | HAMBÚRGUER MISTO GRELHADO COM MASSA | 1 | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, PEPINO E TOMATE | | |
| Sobremesa | MAÇÃ | | |
| Lanche | IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO | 1,7 | |

QUINTA-FEIRA | 16 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA JULIANA | | |
| Prato | LOMBOS DE PESCADA DE CEBOLADA COM ARROZ DE LEGUMES | 4 | |
| Dieta | LOMBOS DE PESCADA COZIDOS COM ARROZ DE LEGUMES | 4 | |
| Salada | INCORPORADOS NO PRATO (CENOURA, ERVILHAS E MILHO) | | |
| Sobremesa | GELATINA VEGETAL; BANANA | | |
| Lanche | LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + CEREAIS (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR) | 1,7 | |

SEXTA-FEIRA | 17 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|--|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE GRÃO, CENOURA E COUVE-PORTUGUESA | | |
| Prato | JARDINEIRA DE FRANGO | | |
| Dieta | BIFE DE FRANGO GRELHADO COM BATATA COZIDA | | |
| Salada | INCORPORADOS NO PRATO (CENOURA, ERVILHAS E FEIJÃO-VERDE) | | |
| Sobremesa | PERA | | |
| Lanche | IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE | 1,7 | 6,12 |

Alergénios: (1) Glúten; (2) Crustáceos; (3) Ovos; (4) Peixe; (5) Amendoim; (6) Soja; (7) Leite; (8) Frutos de Casca Riça; (9) Aipo; (10) Mostarda; (11) Sementes de Sésamo; (12) Sulfitos; (13) Tremeço; (14) Moluscos

Elaborado por: Patrícia Abreu (2017N)

Nota: A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais

SEGUNDA-FEIRA | 20 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA PRIMAVERA | | |
| Prato | BACALHAU COM ESPINAFRES | 1,4,7 | |
| Dieta | BACALHAU COZIDO COM BATATA COZIDA | 4 | |
| Salada | CENOURA, COUVE-LOMBARDA E ESPINAFRES | | |
| Sobremesa | LARANJA | | |
| Lanche | LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE | 1,7 | 6,12 |



TERÇA-FEIRA | 21 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|--|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | CANJA DE GALINHA COM MASSA | 1 | |
| Prato | ARROZ DE AVES (frango e peru) | | |
| Dieta | BIFE DE PERU GRELHADO COM ARROZ BRANCO | | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, ALFACE-ROXA E TOMATE | | |
| Sobremesa | PERA | | |
| Lanche | IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA | 1,7 | |

QUARTA-FEIRA | 22 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|--|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | CREME DE LEGUMES COM COENTROS | | |
| Prato | MEDALHÕES DE PESCADA ASSADOS COM BATATA COZIDA | 4 | |
| Dieta | MEDALHÕES DE PESCADA COZIDOS COM BATATA COZIDA | 4 | |
| Salada | BRÓCOLOS, CENOURA E COUVE-FLORES | | |
| Sobremesa | BANANA | | |
| Lanche | LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO DE MISTURA COM MARMELOADA | 1,7 | |

QUINTA-FEIRA | 23 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|--|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE FEIJÃO-ENCARNADO, CENOURA E ESPINAFRES | | |
| Prato | LOMBO DE PORCO ASSADO COM MASSA | 1 | |
| Dieta | BIFE DE PERU GRELHADO COM MASSA | 1 | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, CENOURA E TOMATE | | |
| Sobremesa | MAÇÃ | | |
| Lanche | IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO | 1,7 | |

SEXTA-FEIRA | 24 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE BRÓCOLOS | | |
| Prato | ARROZ DE POTA | 14 | |
| Dieta | ARROZ SIMPLES DE PESCADA | 4 | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, PEPINO E TOMATE | | |
| Sobremesa | TANGERINA | | |
| Lanche | LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + CEREAIS (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR) | 1,7 | |

Alergénios: (1) Glúten; (2) Crustáceos; (3) Ovos; (4) Peixe; (5) Amendoim; (6) Soja; (7) Leite; (8) Frutos de Casca Rija; (9) Alpo; (10) Mostarda; (11) Sementes de Sésamo; (12) Sulfitos; (13) Tremçoço; (14) Moluscos

Elaborado por: Patrícia Abreu (2017N)

Nota: A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais

SEGUNDA-FEIRA | 27 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE NABIÇAS | | |
| Prato | COXAS DE FRANGO ESTUFADAS COM ARROZ DE ERVILHAS | | |
| Dieta | COXAS DE FRANGO ESTUFADAS SIMPLES COM ARROZ DE ERVILHAS | | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, ALFACE-ROXA E CENOURA | | |
| Sobremesa | BANANA | | |
| Lanche | IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA | 1,7 | |



TERÇA-FEIRA | 28 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|---|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA JULIANA | | |
| Prato | MASSADA DE SALMÃO COM LEGUMES | 1,4 | |
| Dieta | MASSADA SIMPLES DE PESCADA COM LEGUMES | 1,4 | |
| Salada | ALHO-FRANCÊS, CENOURA E ESPINAFRES | | |
| Sobremesa | LARANJA | | |
| Lanche | LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + CEREAIS (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR) | 1,7 | |

QUARTA-FEIRA | 29 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|--|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE ALHO-FRANCÊS | | |
| Prato | ESCALOPES DE VITELA COM ARROZ DE CENOURA | | |
| Dieta | ESCALOPES DE VITELA GRELHADOS COM ARROZ DE CENOURA | | |
| Salada | SALADA DE ALFACE, CENOURA E TOMATE | | |
| Sobremesa | MAÇÃ | | |
| Lanche | IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO | 1,7 | |

QUINTA-FEIRA | 30 DE ABRIL

| | | Alergénios | |
|------------------|--|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | SOPA DE GRÃO E ESPINAFRES | | |
| Prato | SALADA DE ATUM COM FEIJÃO-FRADE E OVO | 3,4 | |
| Dieta | PESCADA COZIDA COM BATATA COZIDA | 4 | |
| Salada | CENOURA, COUVE-LOMBARDA E ESPINAFRES | | |
| Sobremesa | GELATINA VEGETAL; BANANA | | |
| Lanche | LEITE MEIO GORDO SIMPLES + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA | 1,7 | |

SEXTA-FEIRA | 01 DE MAIO

| | | Alergénios | |
|------------------|-----------------------------|------------|-----------------------|
| | | Contém | Pode conter vestígios |
| Sopa | <h2>DIA DO TRABALHADOR</h2> | | |
| Prato | | | |
| Dieta | | | |
| Salada | | | |
| Sobremesa | | | |
| Lanche | | | |

Alergénios: (1) Glúten; (2) Crustáceos; (3) Ovos; (4) Peixe; (5) Amendoim; (6) Soja; (7) Leite; (8) Frutos de Casca Rija; (9) Alpo; (10) Mostarda; (11) Sementes de Sésamo; (12) Sulfitos; (13) Tremoço; (14) Moluscos

Elaborado por: Patrícia Abreu (2017N)

Nota: A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais