

SEGUNDA-FEIRA | 04 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA DE AGRIÃO		
Prato	PASTÉIS DE BACALHAU COM ARROZ DE TOMATE	1,3,4	12
Dieta	BACALHAU COZIDO COM BATATA COZIDA	4	
Salada	SALADA DE ALFACE, CENOURA E TOMATE		
Sobremesa	LARANJA		
Lanche	LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + CEREAIS (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR)	1,7	



TERÇA-FEIRA | 05 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	CREME DE LEGUMES		
Prato	BIFANAS DE CEBOLADA COM PURÉ DE BATATA	7	
Dieta	BIFANAS GRELHADAS COM BATATA COZIDA		
Salada	CENOURA, COUVE-LOMBARDA E ESPINAFRES		
Sobremesa	KIWI		
Lanche	IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA	1,7	

QUARTA-FEIRA | 06 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA DE FEIJÃO-BRANCO E NABIÇAS		
Prato	PERCA ASSADA COM ARROZ DE ERVILHAS	4	
Dieta	PERCA COZIDA COM ARROZ DE ERVILHAS	4	
Salada	SALADA DE ALFACE, PEPINO E TOMATE		
Sobremesa	BANANA		
Lanche	LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA	1,7	

QUINTA-FEIRA | 07 DE MAIO

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

SEXTA-FEIRA | 08 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA DE FEIJÃO-VERDE		
Prato	FILETES DE PESCADA DE CEBOLADA COM BATATA COZIDA	4	
Dieta	FILETES DE PESCADA COZIDOS COM BATATA COZIDA	4	
Salada	SALADA DE ALFACE, ALFACE-ROXA E TOMATE		
Sobremesa	TANGERINA		
Lanche	LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO MISTURA COM MANTEIGA	1,7	

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 | 11 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	CREME DE CENOURA		
Prato	FRANGO DE FRICASSÉ COM MASSA	1,3,7	
Dieta	FRANGO ESTUFADO SIMPLES COM MASSA	1	
Salada	SALADA DE ALFACE, CENOURA E TOMATE		
Sobremesa	BANANA		
Lanche	IOGURTE DE AROMA + PÃO MISTURA COM MANTEIGA	1,7	



TERÇA-FEIRA | 12 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA JULIANA		
Prato	EMPADÃO DE ATUM COM LEGUMES	3,4	
Dieta	PESCADA COZIDA COM BATATA COZIDA	4	
Salada	INCORPORADOS NO PRATO (ALHO-FRANCÊS, CENOURA E ESPINAFRES)		
Sobremesa	GELATINA VEGETAL; PERA		
Lanche	LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO MISTURA COM DOCE (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR)	1,7	

QUARTA-FEIRA | 13 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	CALDO-VERDE		
Prato	ESPARGUETE À BOLONHESA	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 | 14 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	<h1>FERIADO MUNICIPAL</h1>		
Prato			
Dieta			
Salada			
Sobremesa			
Lanche			

SEXTA-FEIRA | 15 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA DE ALFACE		
Prato	HAMBÚRGUER DE PERU DE CEBOLADA COM ARROZ DE CENOURA		
Dieta	HAMBÚRGUER DE PERU GRELHADO COM ARROZ DE CENOURA		
Salada	SALADA DE ALFACE, ALFACE-ROXA E TOMATE		
Sobremesa	LARANJA		
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 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 | 18 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA PRIMAVERA		
Prato	BACALHAU COM NATAS	1,4,7	
Dieta	BACALHAU COZIDO COM BATATA COZIDA	4	
Salada	CENOURA, COUVE-LOMBARDA E ESPINAFRES		
Sobremesa	LARANJA		
Lanche	LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + CEREAIS (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR)	1,7	



TERÇA-FEIRA | 19 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	CANJA DE GALINHA COM MASSA	1	
Prato	FEBRAS DE PORCO COM MOLHO MOSTARDA E MASSA	1,10	
Dieta	BIFE DE PERU GRELHADO COM MASSA	1	
Salada	SALADA DE ALFACE, ALFACE-ROXA E TOMATE		
Sobremesa	KIWI		
Lanche	IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA	1,7	

QUARTA-FEIRA | 20 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	CREME DE LEGUMES COM COENTROS		
Prato	SALADA RUSSA DE PESCADA	4	
Dieta	PESCADA COZIDA COM BATATA COZIDA	4	
Salada	INCORPORADOS NO PRATO (CENOURA, ERVILHAS E FEIJÃO-VERDE)		
Sobremesa	BANANA		
Lanche	LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA	1,7	

QUINTA-FEIRA | 21 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA DE FEIJÃO-ENCARNADO, CENOURA E ESPINAFRES		
Prato	COXAS DE FRANGO ESTUFADAS COM MASSA	1	
Dieta	COXAS DE FRANGO ESTUFADAS SIMPLES 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 | 22 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA DE BRÓCOLOS		
Prato	FILETES DE PESCADA À PORTUGUESA COM ARROZ DE ERVILHAS	1,3,4	
Dieta	FILETES DE PESCADA COZIDOS COM ARROZ DE ERVILHAS	4	
Salada	SALADA DE ALFACE, PEPINO E TOMATE		
Sobremesa	TANGERINA		
Lanche	LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO MISTURA COM MANTEIGA	1,7	

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) Tremço; (14) Moluscos

Elaborado por: Patrícia Abreu (2017N)

Nota: A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais

SEGUNDA-FEIRA | 25 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA DE NABIÇAS		
Prato	CUBOS DE PERU ESTUFADOS COM MASSA	1	
Dieta	CUBOS DE PERU ESTUFADOS SIMPLES COM MASSA	1	
Salada	SALADA DE ALFACE, ALFACE-ROXA E CENOURA		
Sobremesa	BANANA		
Lanche	IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA	1,7	



TERÇA-FEIRA | 26 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA JULIANA		
Prato	LOMBOS DE PESCADA ASSADOS COM BATATA COZIDA	4	
Dieta	LOMBOS DE PESCADA COZIDOS COM BATATA COZIDA	4	
Salada	BRÓCOLOS, CENOURA E COUVE-FLORES		
Sobremesa	LARANJA		
Lanche	LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + PÃO MISTURA COM DOCE (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR)	1,7	

QUARTA-FEIRA | 27 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA DE ALHO-FRANCÊS		
Prato	ALMÔNDEGAS MISTAS COM ARROZ BRANCO		
Dieta	HAMBÚRGUER MISTO GRELHADO COM ARROZ BRANCO		
Salada	SALADA DE ALFACE, CENOURA E TOMATE		
Sobremesa	MAÇÃ		
Lanche	IOGURTE DE AROMA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO	1,7	

QUINTA-FEIRA | 28 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	SOPA DE GRÃO E ESPINAFRES		
Prato	MASSADA DE ATUM COM LEGUMES	1,4	
Dieta	MASSADA SIMPLES DE PESCADA COM LEGUMES	1,4	
Salada	INCORPORADOS NO PRATO (ALHO-FRANCÊS, CENOURA E ESPINAFRES)		
Sobremesa	GELATINA VEGETAL; BANANA		
Lanche	LEITE MEIO-GORDO SIMPLES + CEREAIS (SEM ADIÇÃO DE AÇUCAR)	1,7	

SEXTA-FEIRA | 29 DE MAIO

		Alergénios	
		Contém	Pode conter vestígios
Sopa	CREME DE ABÓBORA E HORTELÃ		
Prato	FRANGO ASSADO COM ARROZ BRANCO E/OU BATATA FRITA		
Dieta	BIFE DE FRANGO GRELHADO COM ARROZ BRANCO		
Salada	SALADA DE ALFACE, PEPINO E TOMATE		
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 Rija; (9) Aipo; (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