







Segunda-feira (Almoço)	Dia 15	Segunda-feira (Jantar)
Sopa de Alho francês	Sopa	Sopa de Alho francês
Fêveras grelhadas e esparguete cozido ^{1,5,6}	Prato Geral	Bolinhos de bacalhau no forno c/ feijão frade e ovo
Salada Mista	Legumes	Salada de alface e cenoura
Fêveras trituradas e puré de massa ^{1,5,6}	Mole	Bolinhos de bacalhau triturados c/ feijão frade e ovo 
Fêveras grelhadas e esparguete cozido ^{1,5,6}	Dieta Ligeira	Red fish estufado c/ batata cozida ^{1,4} Parabéns Luis Filipe Guerrelhas
Banana / Puré de banana e kiwi	Sobremesa	Pêra / Puré de pêra
Terça-feira (Almoço)	Dia 16	Terça-feira (jantar)
Sopa de C. coração	Sopa	Sopa de C. coração
Bacalhau à Gomes de Sá ^{3,4,5,6}	Prato Geral	Coxas de frango no forno c/ arroz branco e batata assada
Salada Mista	Legumes	Brócolos cozidos
Bacalhau à Gomes de Sá triturado ^{3,4,5,6}	Mole	Coxas de frango trituradas e puré de arroz
Pescada à Gomes de Sá ^{3,4,5,6}	Dieta Ligeira	Coxas de frango assadas simples e arroz branco
Maçã / Puré de maçã e canela	Sobremesa	Laranja / Puré de laranja e banana
Quarta-feira (almoço)	Dia 17	Quarta-feira (jantar)
Sopa de Abóbora e ervilhas ¹²	Sopa	Sopa de Abóbora e ervilhas ¹²
Omelete de cebola e salsa c/ arroz de cenoura ^{3,5,6}	Prato Geral	Caldeirada de lulas ¹⁴
Salada mista	Legumes	Salada Mista
Omelete triturada e puré de arroz de cenoura ^{3,5,6}	Mole	Caldeirada de lulas trituradas ¹⁴
Bife de peru grelhado c/ arroz branco ^{5,6}	Dieta Ligeira	Pescada cozida c/ batata cozida ⁴
Pêra / puré de pêra	Sobremesa	Kiwi / Puré de kiwi
Quinta-feira (almoço)	Dia 18	Quinta-feira (jantar)
Sopa de Brócolos	Sopa	Sopa de Brócolos
Bolonhesa de atum c/ esparguete cozido ^{1,4}	Prato Geral	Fígado de cebolada c/ batata cozida
Salada mista	Legumes	Brócolos e cenoura cozidos
Bolonhesa de atum triturada c/ puré de massa ^{1,4}	Mole	Fígado de cebolada c/ puré de batata
Bolonhesa simples de atum c/ esparguete cozido ^{1,4}	Dieta ligeira	Bife de frango grelhado c/ batata cozida
Maçã / puré de maçã	Sobremesa	Laranja / Puré de Banana e laranja
Sexta-feira (almoço)	Dia 19	Sexta-feira (jantar)
Creme de legumes	Sopa	Creme de legumes
Lombo assado com batata assada e arroz	Prato Geral	Bacalhau com natas
Salada mista	Legumes	Salada Mista
lombo assado com batata e arroz triturado 	Mole	Bacalhau com natas triturado ²
Lombo assado simples com arroz	Dieta Ligeira	Bacalhau cozido com batata cozida 
Leite Creme	Sobremesa	Doces de Natal
Sábado (almoço)	Dia 20	Sábado (jantar)
Sopa de Espinafres	Sopa	Sopa de Espinafres
Massada de peixe ^{1,4}	Prato Geral	Hambúrguer grelhado c/ arroz branco, batata frita e ovo ^{5,6}
(cebola, tomate, pimento, salsa) e Salada de alface	Legumes	Salada mista
Massada de peixe triturada ^{1,4}	Mole	Hambúrguer grelhado triturado c/ puré de arroz branco ^{5,6}
Massada de peixe simples ^{1,4}	Dieta Ligeira	Hambúrguer grelhado c/ arroz branco
Laranja / puré de banana e laranja	Sobremesa	Maçã / Puré de maçã
Domingo (almoço)	Dia 21	Domingo (jantar)
Sopa de Cenoura e C. portuguesa	Sopa	Sopa de Cenoura e C. portuguesa 
Rojões com arroz batata frita e arroz	Prato Geral	Abrótea cozida c/ batata ⁴
Salada Mista	Legumes	Feijão verde cozido Parabéns Carla Teresa
Rojões simples triturados com puré de arroz	Mole	Abrótea cozida triturada e puré de batata ⁴
Bife de frango grelhado c/ arroz branco	Dieta Ligeira	Abrótea cozida c/ batata cozida ⁴
Maçã / puré de maçã c/ canela	Sobremesa	Banana / Puré de banana e laranja

Observações: A ementa é suscetível a alterações não previstas. O prato das intolerâncias apenas esta disponível para os clientes que tem uma intolerância confirmada. Não é possível garantir que todos os pratos sejam isentos de algumas substâncias/ produtos que provocam alergias/intolerâncias:¹ glúten, ² crustáceos e produtos à base de crustáceos, ³ ovos e produtos à base de ovos, ⁴ peixe e produtos à base de peixe, ⁵ amendoins e produtos à base de amendoins, ⁶ soja e produtos à base de soja, ⁷ leite e produtos à base de leite, ⁸ frutos de casca rija, ⁹ aipo e produtos à base de aipo, ¹⁰ mostrada e produtos a base de mostrada, ¹¹ sementes de sésamo e produtos a base de sementes de sésamo, ¹² dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³ tremço e produtos á base de tremços, ¹⁴ moluscos e produtos á base de moluscos. Para mais informações relativas a cada prato contacte um colaborador. Regulamento (EU) do Parlamento Europeu e do Conselho de 25 de outubro de 2011.