


Segunda-feira (Almoço)	Dia 4	Segunda-feira (Jantar)
Sopa de cenoura e courgette	Sopa	Sopa de cenoura e courgette
Fêvera grelhada com arroz branco e feijão preto	Prato	Farinha de pau com pescada
Cenoura raspada	Legumes	Tomate e alho francês
Fêvera grelhada com arroz branco e feijão preto triturado	Mole	Farinha de pau com pescada triturada
Fêvera grelhada com arroz branco	Dieta Ligeira	Farinha de pau com pescada em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira (Almoço)	Dia 5	Terça-feira (jantar)
Sopa de repolho	Sopa	Sopa de repolho
Abrótea a espanhola	Prato	Bifes de frango grelhados com massa de laços
Tomate e pimentos	Legumes	Cenoura raspada
Abrótea a espanhola triturada	Mole	Bifes de frango grelhados com massa de laços triturado
Abrótea cozida com batata cozida	Dieta Ligeira	Bifes de frango grelhados com massa de laços cozida
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira (almoço)	Dia 6	Quarta-feira (jantar)
Creme de brócolos	Sopa	Creme de brócolos
Rojões com arroz branco e batata aos cubos	Prato	Lulas estufadas com batata cozida
Salada mista	Legumes	Brócolos salteados
Rojões com arroz branco e batata aos cubos triturado	Mole	Lulas estufadas com batata cozida triturado
Rojões em branco com arroz branco	Dieta Ligeira	Lulas com batata cozida em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira (almoço)	Dia 7	Quinta-feira (jantar)
Sopa de abobora	Sopa	Sopa de abobora
Pizza de atum, cogumelos, pimentos	Prato	Arroz de frango
Salada mista	Legumes	ervilhas
Pizza de atum, cogumelos, pimentos triturados	Mole	Arroz de frango triturado
Massa de atum em branco	Dieta Ligeira	Arroz de frango em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Sexta-feira (almoço)	Dia 8	Sexta-feira (jantar)
Sopa de legumes	Sopa	Sopa de legumes
Massa a bolonhesa	Prato	Filetes de peixe no forno com batata assada
Cenoura raspada	Legumes	Feijão-verde
Massa a bolonhesa triturada	Mole	Filetes de peixe no forno com batata assada triturada
Massa a bolonhesa em branco	Dieta Ligeira	Filetes de peixe em branco com batata cozida
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Sábado (almoço)	Dia 9	Sábado (jantar)
Sopa Juliana	Sopa	Sopa Juliana
Arroz de bacalhau	Prato	Costeletas a salsicheiro com massa cozida
Alho francês e tomate	Legumes	Cenoura raspada Parabéns João Pedro
Arroz de bacalhau	Mole	Costeletas a salsicheiro com massa cozida triturado
Arroz de peixe	Dieta Ligeira	Costeletas grelhadas com massa cozida
Gelatina	Sobremesa	Fruta da época 
Domingo (almoço)	Dia 10	Domingo (jantar)
Creme de cenoura	Sopa	Creme de cenoura
Feijoada com arroz branco	Prato	Abrótea cozida com batata cozida
Couve-coração e cenoura	Legumes	Couve-flor
Feijoada com arroz branco triturado	Mole	Abrótea cozida com batata cozida triturada
Carne de porco em branco com arroz branco	Dieta Ligeira	Abrótea cozida com batata cozida
Abacaxi	Sobremesa	Fruta da época

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 toos 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 tremçoço e produtos á base de tremçoços, 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. Consulte as fichas técnicas para verificar os alergénios presentes em cada prato.