














































SEGUNDA-FEIRA_09/12/2024		
SOPA	Creme de grão	
PRATO 1	Febras de cebolada com esmagada de batata	 
PRATO 2	Salada de quinoa com queijo feta e legumes	  
SALADA / LEGUMES	Alface, Tomate e Couve-flor gratinada	  
SOBREMESA	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA_10/12/2024		
SOPA	Caldo verde	 
PRATO 1	Pernas de frango assado no forno com fusilli	  
PRATO 2	Potas à lagareiro	  
SALADA / LEGUMES	Alface, Milho e Migas	  
SOBREMESA	Fruta da época	
QUARTA-FEIRA_11/12/2024		
SOPA	Sopa com legumes da horta	
PRATO 1	Arroz Xau-Xau	  
PRATO 2	Farfalle com legumes e grão	 
SALADA / LEGUMES	Alface, Cenoura ralada e Brócolos	 
SOBREMESA	Fruta da época	
QUINTA-FEIRA_12/12/2024		
SOPA	Sopa de feijão-verde	
PRATO 1	Almôndegas com esparguete	  
PRATO 2	Filetes de robalo no forno com batata-doce assada	  
SALADA / LEGUMES	Alface, Tomate e legumes salteados	 
SOBREMESA	Fruta da época	
SEXTA-FEIRA_13/12/2024		
SOPA	Canja	  
PRATO 1	Bifes de vaca salteados com molho de natas e arroz branco	  
PRATO 2	Esparguete nero com frutos do mar	   
SALADA / LEGUMES	Alface, Tomate e Legumes ao vapor	 
SOBREMESA	Fruta da época	

As refeições são acompanhadas por pão de mistura e água para beber.

As ementas estão sujeitas a alterações, sempre que se justifique.

Alergénicos



TREMOÇOS



AIPO



AMENDOINS



FRUTOS DE
CASCA



GLÚTEN



OVOS



LÁCTEOS



MOLUSCO
S



CRUSTÁCEO
S



PEIXE



GRÃOS DE
SÉSAMO



SOJA



MOSTARDA
A



DIÓXIDO DE
ENXOFRE E
SULFITOS