

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	
					01/02/2019	Kcal JVEB
Sopa					Cenoura	78
Prato					Jardineira de frango (frango, batata, ervilha e cenoura)	340/398
Guarnição/Acom panhamento					Fruta da época	60
Sobremesa						
	04/02/2019	05/02/2019	06/02/2019	07/02/2019	08/02/2019	Kcal JVEB
Sopa	Creme de vegetais 117	Alho francês 97	Caldo verde 78	Feijão branco com espinafres 193	Brócolos 187	
Prato	Empadão de carne (vaca) com puré de batata ^{1,6,7,12} 433/481	Douradinho de peixe no forno ^{1,2,4,14} 202/202	Carne de porco estufada, massa espiral ¹ , ervilhas e cenoura 566/720	Granadeiro ⁴ assado no forno 96/110	Esparguete à carbonara (massa esparguete, salsichas, fiambre e cogumelos) ^{1,6,7,12} 527/670	
Guarnição/Acom panhamento	Salada de alface e pepino 54	Arroz de feijão, salada de tomate e beterraba 418/524		Batata, cenoura e brócolos 250/267		
Sobremesa	Fruta da época 60	Mousse de chocolate ⁷ 282	Fruta da época 60	logurte de aromas ⁷ 89	Fruta da época 60	
	11/02/2019	12/02/2019	13/02/2019	14/02/2019	15/02/2019	Kcal JVEB
Sopa	Espinafres 87	Feijão verde 89	Alho francês 97	Feijão com lombardo 200	Creme de cenoura 78	
Prato	Perna de peru estufada 137/166	Salada de grão com bacalhau fresco (bacalhau fresco, batata, cenoura e ovo cozido) ^{3,4} 644/692	Frango assado 120/161	Arroz de peixe (pescada) ⁴ 459/581	Rolo de carne misto (vaca e porco) ^{1,6,12} 163/200	
Guarnição/Acom panhamento	Arroz de cenoura e salada alface e milho 469/574		Massa laços ¹ e salada de couve roxa 399/503	Salada de alface e tomate com orégãos 55	Esparguete ¹ , ervilha e cenoura 431/538	
Sobremesa	Fruta da época 60	Pudim ⁷ 134	Fruta da época 60	logurte de aromas ⁷ 89	Fruta da época 60	
	18/02/2019	19/02/2019	20/02/2019	21/02/2019	22/02/2019	Kcal JVEB
Sopa	Legumes 110	Canja com massinhas ¹ 150/189	Courgette 91	Juliana 90	Grão com espinafres 182	
Prato	Ovo mexido com salsichas ^{3,6} 277/277	Saladinha de pescada ⁴ com batata, cenoura, feijão verde e brócolos cozidos 262/287	Frango estufado com legumes (ervilhas e cenoura) 190/230	Arroz de atum ⁴ 564/712	Jardineira de peru (batata, cenoura, ervilha e feijão verde) 283/322	
Guarnição/Acom panhamento	Arroz de cenoura e salada de beterraba 441/546		Massa espiral ¹ 358/465	Salada de alface e couve roxa 55		
Sobremesa	Fruta da época 60	logurte de aromas ⁷ 89	Fruta da época 60	Gelatina 110	Fruta da época 60	
	25/02/2019	26/02/2019	27/02/2019	28/02/2019		Kcal JVEB
Sopa	Caldo verde 78	Feijão com lombardo 200	Macedónia 105	Abóbora 76		
Prato	Hamburguer de vaca ^{1,6,12} 85/114	Saladinha de cavala ⁴ (Batata, ervilhas e cenoura) 338/392	Feijoada (carne de porco, cenoura e couve lombarda) 321/369	Massinha de peixe (abrótea, massa cotevinhos e coentros) ^{1,4} 550/668		
Guarnição/Acom panhamento	Massa espiral ¹ e legumes cozidos (feijão verde e cenoura) 419/526		Arroz branco 208/261	Salada de tomate e pepino 57		
Sobremesa	Fruta da época 60	logurte de aromas ⁷ 89	Fruta da época 60	Gelatina 110		

Nota:

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1-Cereais que contém glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixe, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfúto, 13-Tremçoços, 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

