

	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	01/04/2019	Kcal JI/EB	02/04/2019	Kcal JI/EB	03/04/2019	Kcal JI/EB	04/04/2019	Kcal JI/EB	05/04/2019	Kcal JI/EB
Sopa	Vegetais (ervilhas, feijão verde e cenoura)	105	Canja com massinhas¹	150/189	Alho francês	97	Creme de Brócolos	84	Juliana	90
Prato	Rolo de carne misto (porco e vaca)^{1,6,12} com molho de cenoura	163/200	Pescada à Gomes Sá (Pescada, batata, ovo, cebola)^{3,4}	287/324	Arroz de carne à salsicheiro (Pá de porco, arroz, salsichas, cogumelos e cenoura aos cubos) ^{6,12}	699/835	Massinha de peixe (Abrótea)^{1,4} com coentros	550/668	Frango assado	120/161
Guarnição/Acom panhamento	Massa espiral¹ e salada de tomate e pepino	404/508	Salada de alface e beterraba	54			Cenoura ralada e milho	162	Arroz de ervilhas e salada de alface	344/450
Sobremesa	Fruta da época	60	Fruta da época	60	Fruta da época	60	logurte de aromas⁷	89	Gelado⁷	204
	08/04/2019	Kcal JI/EB	09/04/2019	Kcal JI/EB	10/04/2019	Kcal JI/EB	11/04/2019	Kcal JI/EB	12/04/2019	Kcal JI/EB
Sopa	Creme de cenoura	78	Feijão com lombardo	200	Caldo verde	78	Alho Francês	97	Creme de ervilhas	111
Prato	Nuggets de frango^{1,6,7}	143/191	Bacalhau fresco⁴ cozido	241/258	Esparquete à bolonhesa (Vaca)^{1,6,12}	488/626	Lombinhos de pescada⁴ no forno com molho de manteiga^{6,7} e limão	109/126	Ranchinho de porco (Pá porco, grão, massa macaronete¹ , cenoura e couve lombardo)	499/635
Guarnição/Acom panhamento	Arroz de lentilhas e cenoura ralada	421/527	Batata cozida, cenoura e brócolos		Salada de alface e couve roxa	55	Batata e brócolos cozidos	244/261		
Sobremesa	Fruta da época	60	Pudim⁷	134	Fruta da época	60	logurte de aromas⁷	89	Fruta da época	60
	15/04/2019	Kcal JI/EB	16/04/2019	Kcal JI/EB	17/04/2019	Kcal JI/EB	18/04/2019	Kcal JI/EB	19/04/2019	Kcal JI/EB
Sopa	Agrião	90	Lombardo	91	Alho francês	97	Espinafres	87		
Prato	Empadão de carne (vaca e porco) com puré de batata^{1,6,7,12}	581/611	Granadeiro⁴ no forno	96/110	Frango estufado	168/208	Arroz de peixe com coentros (cavala)⁴	538/700		
Guarnição/Acom panhamento	Salada de alface e milho e tomate	94	Batatinha estufada, cenoura, ervilha e feijão verde cozidos	225/243	Massa espiral¹ e salada de tomate e couve roxa	406/510	Cenoura ralada e beterraba	56		
Sobremesa	Fruta da época	60	Gelatina	110	Fruta da época	60	logurte de aromas⁷	89		
	22/04/2019	Kcal JI/EB	23/02/2019	Kcal JI/EB	24/04/2019	Kcal JI/EB	25/04/2019	Kcal JI/EB	26/04/2019	Kcal JI/EB
Sopa	Creme de brócolos	84	Abóbora	76	Creme de ervilhas	111			Caldo verde	78
Prato	Almôndegas mistas (vaca e porco)^{1,6,12}	163/204	Salada de atum com feijão frade, batata e ovo cozido ^{3,4}	690/750	Perna de peru estufada	137/166			Chili de carne de vaca (carne de vaca picada, cenoura, feijão catarino)^{1,6,12}	302/348
Guarnição/Acom panhamento	Esparquete¹ , salada de alface e tomate	413/520			Arroz branco e salada de alface e beterraba	439/544			Arroz branco	208/261
Sobremesa	Fruta da época	60	logurte de aromas⁷	89	Fruta da época	60	Fruta da época		60	
	29/04/2019	Kcal JI/EB	30/04/2019	Kcal JI/EB						
Sopa	Alho francês	97	Espinafres	87						
Prato	Arroz de frango com ervilhas e cenoura	689/834	Saladinha de peixe (Pescada)⁴ com salsa picada, batata, cenoura aos cubos e feijão verde cozidos	273/298						
Guarnição/Acom panhamento	Salada de tomate com oreghãos	52								
Sobremesa	Fruta da época	60	Gelado⁷	204						

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 sulfitos, 13-Tremçoos, 14-Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.