



		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>A L M O Ç O</b>	<b>Sopa</b>	Couve-flor e cenoura <sup>9,12</sup>	Feijão verde <sup>9,12</sup>	Espinafres e grão de bico <sup>9,12</sup>	Creme de alho francês e cenoura <sup>9,12</sup>	Couve lombarda e feijão banco <sup>9,12</sup>
	<b>Prato Principal</b>	<b>Massada de peixe com feijão manteiga<sup>1,3,4,6,12,13</sup></b>	<b>Coxas de frango no forno com arroz de cenoura<sup>12</sup></b>	<b>Pescada no forno com batata assada<sup>4</sup></b>	<b>Febras estufadas com esparguete<sup>1,3,6,12</sup></b>	<b>Abrótea cozida com batata cozida<sup>4</sup></b>
	<b>Hortícolas</b>	Tomate e cebola	Alface e cebola	Couve flor <sup>12</sup>	Cenoura e brócolos <sup>12</sup>	Feijão verde e cenoura <sup>12</sup>
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

5

**NOTAS:** A ementa pode sofrer alterações com aviso prévio e pode conter os seguintes alergénios ou vestígios de alergénios: 1) Cereais que contêm glúten 2) Crustáceo 3) Ovos 4) Peixe 5) Amendoins 6) Soja 7) Leite 8) Frutos de casca rija 9) Aipos 10) Mostarda 11) Sementes de sésamo 12) Sulfitos 13) Moluscos 14) Tremeços

A ementa pode sofrer alterações imprevistas.

Nutricionista: Vera Gonçalves  
Vera Gonçalves (CP 4802N)