

Dia	Prato	Almoço
2.ª Feira	Sopa	Creme de Alho francês
	Prato	Arroz Xau Xau ^{1,3,7,12}
	Salada	Alface, pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Arroz de lentilhas com cenoura, alho francês e curgete 1,12
3.ª Feira	Sopa	Creme de tomate com ervilhas ,12
	Prato	Filete de salmão com molho de limão e ervas aromáticas, feijão verde e batata cozida ⁴
	Salada	Alface, beterraba e milho
	Sobremesa	Fruta da época/fruta assada
	Vegetariano	Ervilhas estufadas com legumes (Curgete, pimento e alho francês) e massa macarronete ^{1,12}
4.ª Feira	Sopa	Cenoura com bróculos
	Prato	Strogonoff de peru com arroz branco ^{1,7}
	Salada	Alface, cenoura e pimento
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Chili vegetariano (feijão, soja e milho) com arroz branco ^{1,5,6,12}
5.ª Feira	Sopa	Feijão branco com espinafres ,5
	Prato	Massa de Peixe (Maruca e Pescada)1,4
	Salada	Alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Hamburguer vegetariano com arroz de cogumelos ^{1,6,12}
6.ª Feira	Sopa	Juliana
	Prato	Lasanha de aves ^{1,7}
	Salada	Alface e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Lasanha Vegetariana (Soja) ^{1,6,7}

Ementa sujeita a alterações.

São disponibilizados pão de mistura e água à refeição.

Informação sobre potenciais alergénios: 1 – Cereais que contêm glúten (trigo, centeio, cevada, aveia, espelta, kamut ou outras estirpes hibridizadas) e produtos à base destes cereais; 2 – Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 3 – Ovos e produtos à base de ovos; 4 – Peixes 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 (incluindo lactose); 8 – Frutos de casca rijá, nomeadamente, amêndoas, avelãs, nozes, castanhas de caju, pistácios, entre outros; 9 – Aipo e produtos à base de aipo; 10 – Mostarda e produtos à base de mostarda; 11 – Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10mg/kg ou 10ml/L; 13 – Tremoço ou produtos à base de tremoço; 14 – Moluscos e produtos à base de moluscos.