

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de feijão verde massa de atum fruta da época	salada de cenoura e milho
3ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de couve lombarda feijoada à transmontana fruta da época	forma de arroz
4ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de cenoura douradinhos no forno fruta da época ou doce	arroz de tomate malandrinho [cenoura e feijão verde]
5ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	creme de abóbora pá de porco assada fruta da época	esparguete de legumes salteado
6ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de nabo com couve coração pescada no forno com delicias do mar fruta da época ou iogurte de aromas	arroz de ervilhas e cenoura raspada

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	creme de cenoura hambúrguer no forno fruta da época	esparguete e legumes salteados
3ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de grão-de-bico com espinafres filetes panados fruta da época ou doce	arroz e salada mista
4ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	creme de vegetais massa de frango fruta da época	[cenoura e feijão verde estufados]
5ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de couve flor saladinha de peixe com ovo picado fruta da época	[batata, cenoura, ervilhas e feijão verde e filete de escamudo]
6ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de nabo rancho de carnes à regional fruta da época	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de espinafres bolinhos de bacalhau fruta da época ou iogurte de aromas	arroz de tomate
3ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de couve flor e cenoura frango assado fruta da época	massa de feijão verde
4ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de abóbora com massinhas arroz de peixe fruta da época ou doce	[cavala, arroz, ervilhas e cenoura]
5ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de vegetais com feijão branco feijoada à portuguesa fruta da época	forma de arroz branco
6ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de juliana de legumes badejo estufado com ervilhas fruta da época	salada de batata

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas

**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de curgete e cenoura carne picada de tomatada fruta da época	macarronete e salada de couve roxa
3ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de alho francês filetes de pescada com molho de cenoura fruta da época ou iogurte de aromas	arroz alegre [cenoura, milho e ervilha]
4ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	creme de legumes frango estufado com ervilhas e cenoura fruta da época	batata cozida
5ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de grão-de-bico com couve filete de peixe escamudo no forno fruta da época	arroz de legumes
6ª-feira	Sopa Prato Sobremesa*	de cenoura massa de carnes à primaveril fruta da época	[macedónia de legumes]

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	<i>Sopa</i>	de feijão verde	arroz alegre [milho, ervilhas e cenoura]
	<i>Prato</i>	tesourinhos no forno	
	<i>Sobremesa*</i>	fruta da época	
3ª-feira	<i>Sopa</i>	de couve lombarda	massa espiral e salada
	<i>Prato</i>	rojões estufados	
	<i>Sobremesa*</i>	fruta da época	
4ª-feira	<i>Sopa</i>	de brócolos	arroz e macedónia de legumes
	<i>Prato</i>	filetes com molho de tomate	
	<i>Sobremesa*</i>	fruta da época ou doce	
5ª-feira	<i>Sopa</i>	feriado	
	<i>Prato</i>		
	<i>Sobremesa*</i>		
6ª-feira	<i>Sopa</i>	creme de abóbora	arroz de ervilhas
	<i>Prato</i>	lulas à sevilhana	
	<i>Sobremesa*</i>	fruta da época ou iogurte de aromas	

*nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
 variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor