

**EMENTA**

		<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>	<b>SÁBADO</b>
<b>SÊNIORES</b>		<b>29-04-2024</b>	<b>30-04-2024</b>	<b>01-05-2024</b>	<b>02-05-2024</b>	<b>03-05-2024</b>	<b>04-05-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa de Feijão Verde	Sopa Lombardo	Sopa de Feijão com Abóbora	Sopa de Espinafres	Sopa de Cenoura c/ Grão	Caldo Verde
	PRATO	Rolo de Perú no Forno c/ Macarrão e Salada	Solha Frita com Arroz de Tomate e Salada	Carne de Porco Estufada c/ Cogumelos e Batata cozida e Feijão Verde	Paloco á Espiritual c/ Salada	Arroz à Valenciana c/ Salada Mista	Rojões de Porco c/ Batata Frita aos Cubos e Salada
	DIETA	Perú aos cubos estufado Simples c/ Macarrão e Salada	Solha Grelhada com Arroz de Cenoura e Couve Bruxelas	Peito de Frango Estufado Simples c/ Batata Cozida e Feijão Verde	Pescada Cozida c/ Batata Cozida e Brócolos	Perna de Frango no forno c/ Arroz e Salada	Carne de Porco Estufada Simples c/ Batata Cozida e Salada
	SOBREMESA	Fruta da Época	Gelatina Ananás	Fruta da Época	Pudim	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Pão c/ Queijo		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Croissant c/ Manteiga	
<b>JUNIORES</b>		<b>29-04-2024</b>	<b>30-04-2024</b>	<b>01-05-2024</b>	<b>02-05-2024</b>	<b>03-05-2024</b>	<b>04-05-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa de Feijão Verde	Sopa de Lombardo		Sopa de Espinafres	Sopa de Cenoura	
	PRATO	Rolo de Perú no Forno c/ Macarrão e Salada	Solha Grelhada com Arroz de Cenoura e Salada		Pescada Cozida c/ Batata Cozida e Brócolos	Perna de Frango no forno c/ Arroz e Salada	
	SOBREMESA	Fruta da Época	Gelatina Ananás		Fruta da Época	Fruta da Época	
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Papa de Fruta e Pão c/ Queijo		Leite e Pão c/ Fiambre	Torradas c/ logurte Liquido	
<b>BERÇÁRIO</b>		Crema de Feijão Verde c/ Perú	Crema de Courgette c/ Solha		Crema de Alface c/ Pescada	Crema de Cenoura com Frango	

As ementas podem conter os seguintes alergénios:

Cereais com glúten; Ovos; Leite; Amendoins; Soja; Frutos de Casca Rija; Sementes de sésamo; Aipo; mostarda; Peixe; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremoços; moluscos; crustáceos.

Ementa sujeita a alterações



		<b>EMENTA</b>					
		<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>	<b>SÁBADO</b>
<b>SÊNIORES</b>		<b>06-05-2024</b>	<b>07-05-2024</b>	<b>08-05-2024</b>	<b>09-05-2024</b>	<b>10-05-2024</b>	<b>11-05-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	<b>SOPA</b>	Sopa Couve-flor e Alface	Sopa de Feijão com Massa	Sopa Juliana	Sopa Primavera	Sopa de Grão com Espinafres	Sopa de Nabiças
	<b>PRATO</b>	Perú Estufado c/ Massa Espiral e Feijão Verde	Pescada á Chefe c/ Batata Assada e Brócolos	Frango Assado c/ Molho de Churrasco c/ batata frita e Salada	Red Fish Cozido c/ Batata e Couve-flor	Grelhada mista de porco ( febra, entremeada, salsicha) com arroz de feijão	Salada Russa c/ Atum e Batata
	<b>DIETA</b>	Perú Estufado Simples c/ Massa Espiral e Feijão Verde	Pescada Assada c/ Batata Assada e Brócolos	Frango Assado Simples c/ batata cozida e Ervilhas	Red Fish Cozido c/ Batata e Couve-flor	Grelhada mista de porco ( febra, entremeada, salsicha) com arroz de feijão	Salada Russa c/ pescada e Batata
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Mousse de Chocolate	Fruta da Época	Leite Creme	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Pão c/ Queijo	Chá ou Leite c/ Café e Torradas	logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Croissant c/ Manteiga	
<b>JUNIORES</b>		<b>06-05-2024</b>	<b>07-05-2024</b>	<b>08-05-2024</b>	<b>09-05-2024</b>	<b>10-05-2024</b>	<b>11-05-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	<b>SOPA</b>	Sopa Couve-flor	Creme de Legumes	Sopa Juliana	Creme de Feijão Verde	Sopa de Espinafres	
	<b>PRATO</b>	Perú Estufado Simples c/ Massa Espiral e Feijão Verde	Pescada Assada c/ Batata Assada e Brócolos	Frango Assado Simples c/ batata frita e Salada	Red Fish Cozido c/ Batata e Couve-flor	Peito de frango estufado c/ esparguete e Salada Mista	
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina de Morango	Fruta da Época	
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Papa de Fruta e Pão c/ Queijo	logurte de Aromas e Pão c/ Manteiga	Leite e Pão c/ Fiambre	Croissant c/ Manteiga e logurte Liquido	
<b>BERÇÁRIO</b>		Creme de Alface c/ Perú	Creme de Courgette c/ Pescada	Creme de Cenoura c/ Frango	Creme de Feijão Verde c/ Red Fish	Creme de Abóbora c/ Frango	

As ementas podem conter os seguintes alergénios:

Cereais com glúten; Ovos; Leite; Amendoins; Soja; Frutos de Casca Rija; Sementes de sésamo; Aipo; mostarda; Peixe; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremoços; moluscos; crustáceos.

Ementa sujeita a alterações

**EMENTA**

		<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>	<b>SÁBADO</b>
<b>SÊNIORES</b>		<b>13-05-2024</b>	<b>14-05-2024</b>	<b>15-05-2024</b>	<b>16-05-2024</b>	<b>17-05-2024</b>	<b>18-05-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa de Hortalíça	Sopa de Courgette e Massinhas	Sopa de Feijão Verde	Canja de Galinha	Sopa de Agrião	Sopa Juliana
	PRATO	Almôndegas de Aves em Molho de Tomatada c/ Macarrão e Feijão Verde	Carapau grelhado c/ batata cozida e Salada Mista	Feijoada à Transmontana	Pasteis de bacalhau com arroz de tomate e salada	Perna de Frango Assada c/ Esparguete e Salada	Carne de Porco Estufada com Arroz de Cenoura e Salada
	DIETA	Peito de Frango Estufado Simples c/ Macarrão e Feijão Verde	Carapau grelhado c/ batata cozida e Salada Mista	Peru Estufado c/ Arroz e Couve Cozida	Red Fish cozido c/ Batata cozida e Brócolos	Perna de Frango Assada c/ Esparguete e Couve-flor	Carne de Porco Estufada com Arroz de Cenoura e Salada
	SOBREMESA	Fruta da Época	Gelatina de Morango	Fruta da Época	Arroz Doce	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Pão c/ Queijo	Chá ou Leite c/ Café e Torradas	logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Croissant c/ Manteiga	
<b>JUNIORES</b>		<b>13-05-2024</b>	<b>14-05-2024</b>	<b>15-05-2024</b>	<b>16-05-2024</b>	<b>17-05-2024</b>	<b>18-05-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa de Lombardo	Creme de Courgette	Sopa de Feijão Verde	Canja de Galinha	Sopa de Agrião	
	PRATO	Almôndegas de Aves Estufadas Simples (Sem Tomate) c/ Macarrão e Feijão Verde	Filetes de Pescada no Forno c/ Arroz de Cenoura e Salada Mista	Peru Estufado c/ Arroz e Couve Cozida	Red Fish Assado no Forno c/ Batata Assada e Brócolos	Perna de Frango Assada c/ Esparguete e Couve-flor	
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Papa de Fruta e Pão c/ Queijo	logurte de Aromas e Pão c/ Manteiga	Leite e Pão c/ Fiambre	Croissant c/ Manteiga e logurte Liquido	
<b>BERÇÁRIO</b>		Creme de Cenoura c/ Frango	Creme de Courgette c/ Pescada	Creme de Feijão Verde c/ Peru	Creme de Abóbora c/ Red Fish	Creme de Alface c/ Frango	

As ementas podem conter os seguintes alergénios:

Cereais com glúten; Ovos; Leite; Amendoins; Soja; Frutos de Casca Rija; Sementes de sésamo; Aipo; mostarda; Peixe; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremeços; moluscos; crustáceos.

Ementa sujeita a alterações

**EMENTA**

		<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>	<b>SÁBADO</b>
<b>SÊNIORES</b>		<b>20-05-2024</b>	<b>21-05-2024</b>	<b>22-05-2024</b>	<b>23-05-2024</b>	<b>24-05-2024</b>	<b>25-05-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa de Grão c/ Lombardo	Sopa de Feijão Catarino c/ Batata e Cenoura	Sopa de Cozido	Caldo Verde	Sopa de Espinafres	Sopa de Agrião
	PRATO	Roti de Perú no Forno c/ massa espiral e Salada	Bacalhau Fresco Assado com Batata Salteada e Salada Mista	Cozido Saloio (Vaca+ Porco)	Red Fish Cozido com Batata e Feijão Verde	Tiras de Porco Estufadas c/ Arroz Branco e Salada	Atum com Ovo e Salada de Feijão Frade e Batata
	DIETA	Roti de Perú no Forno c/ massa espiral e Salada	Bacalhau Fresco Assado com Batata Salteada e Couve Flor	Cozido Saloio Simples	Red Fish Cozido com Batata e Feijão Verde	Tiras de Porco Estufadas c/ Arroz Branco e Brócolos	Pescada Cozida com Salada de Feijão Frade e Batata
	SOBREMESA	Fruta da Época	Gelatina de Tutti Frutti	Fruta da Época	Pudim	Fruta da Época	Fruta da época
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Pão c/ Queijo	Chá ou Leite c/ Café e Torradas	logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Croissant c/ Manteiga	
<b>JUNIORES</b>		<b>20-05-2024</b>	<b>21-05-2024</b>	<b>22-05-2024</b>	<b>23-05-2024</b>	<b>24-05-2024</b>	<b>25-05-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Creme de Abóbora c/ Lombardo	Sopa de Cenoura	Creme de Courgette	Creme de Feijão Verde	Creme de Alface	
	PRATO	Roti de Perú no Forno c/ massa espiral e Salada	Bacalhau Fresco Assado com Batata Salteada e Couve Flor	Frango estufado c/ Arroz Branco e Couve Cozida	Red Fish Cozido com Batata e Feijão Verde	Tiras de Perú Estufadas com Arroz Branco e Brócolos	
	SOBREMESA	Fruta da Época	Gelatina de Tutti Frutti	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Papa de Fruta e Pão c/ Queijo	logurte de Aromas e Pão c/ Manteiga	Leite e Pão c/ Fiambre	Croissant c/ Manteiga e logurte Liquido	
<b>BERÇÁRIO</b>		Creme de Alface c/ Frango	Creme de Cenoura c/ Red Fish	Creme de Courgette c/ Frango	Creme de Feijão Verde c/ Abrótea	Creme de Alface c/ Perú	

As ementas podem conter os seguintes alergénios:

Cereais com glúten; Ovos; Leite; Amendoins; Soja; Frutos de Casca Rija; Sementes de sésamo; Aipo; mostarda; Peixe; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremeços; moluscos; crustáceos.

Ementa sujeita a alterações

**EMENTA**

<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>		<b>SÁBADO</b>			
<b>SÊNIORES</b>		<b>27-05-2024</b>		<b>28-05-2024</b>		<b>29-05-2024</b>		<b>30-05-2024</b>		<b>31-05-2024</b>		<b>01-06-2024</b>	
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa Primavera	Sopa de Grão c/ Massa	Sopa de Couve-Flor e Alface	Sopa de Nabiças	Sopa de Feijão c/ Lombardo	Sopa de Espinafres						
	PRATO	Empadão de Vitela com Espinafres	Paloco c/ natas e Feijão Verde	Carne de Porco à Portuguesa	Pescada no Forno com Arroz de Cenoura e Salada de Alface	Cubos de Peru estufados com massa tricolor e salada	Pernas de Frango Assadas c/ Arroz de Lombardo e Cenoura						
	DIETA	Carne de Vaca Estufada c/ Massa Concha e Espinafres	Bacalhau Fresco no forno c/ Batata Assada e Feijão Verde	Peito de Frango Estufado c/ Macarrão e Couve Cozida	Pescada no Forno com Arroz de Cenoura e Brócolos	Cubos de Peru estufados com massa tricolor e salada	Pernas de Frango Assadas c/ Arroz de Lombardo e Cenoura						
	SOBREMESA	Fruta da Época	Bolo	Fruta da Época	Leite Creme	Fruta da Época	Fruta da Época						
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Pão c/ Queijo	Chá ou Leite c/ Café e Torradas		Chá ou Leite c/ Café e Croissant c/ Manteiga							
<b>JUNIORES</b>		<b>27-05-2024</b>		<b>28-05-2024</b>		<b>29-05-2024</b>		<b>30-05-2024</b>		<b>31-05-2024</b>		<b>01-06-2024</b>	
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa Primavera	Creme de Legumes	Sopa de Couve-Flor		Sopa de Lombardo							
	PRATO	Carne de Vaca Estufada c/ Massa Concha e Espinafres	Abrótea Cozida c/ Batata Cozida e Feijão Verde	Peito de Frango Estufado c/ Macarrão e Couve Cozida		Cubos de Peru estufados com massa tricolor e salada							
	SOBREMESA	Fruta da Época	Bolo	Fruta da Época		Fruta da Época							
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Papa de Fruta e Pão c/ Queijo	logurte de Aromas e Pão c/ Manteiga		Torradas c/ logurte Liquido							
<b>BERÇÁRIO</b>		Creme de Cenoura c/ Frango	Creme de Feijão Verde c/ Abrótea	Creme de Alface c/ Frango		Creme de Abóbora c/ Peru							

As ementas podem conter os seguintes alergénios:

Cereais com glúten; Ovos; Leite; Amendoins; Soja; Frutos de Casca Rija; Sementes de sésamo; Aipo; mostarda; Peixe; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremoços; moluscos; crustáceos.

Ementa sujeita a alterações

**EMENTA**

		<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>	<b>SÁBADO</b>
<b>SÊNIORES</b>		<b>03-06-2024</b>	<b>04-06-2024</b>	<b>05-06-2024</b>	<b>06-06-2024</b>	<b>07-06-2024</b>	<b>08-06-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa de Hortalíça	Sopa de Courgette c/ Massa	Sopa de Abóbora c/ Espinafres	Sopa Juliana	Sopa de Feijão c/ Nabiças	Caldo Verde
	PRATO	Esparguete à Bolonhesa c/ Salada	Filetes Dourados com Arroz de Lombardo	Arroz de Aves c/ Salada	Salada Russa de Atum com Ovo	Roti de Perú no Forno c/ massa e Salada	Bacalhau Cozido com Todos
	DIETA	Vaca Estufada c/ Esparguete e Feijão Verde	Filete de pescada no forno c/ Batata e Brócolos	Arroz de Aves c/ Couve de Bruxelas	Salada Russa de Pescada c/ Ovo	Roti de Perú no Forno c/ massa e Couve-Flor	Bacalhau Cozido com Todos
	SOBREMESA	Fruta da Época	Pudim	Fruta da Época	Gelatina de Pêssego	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Pão c/ Queijo	Chá ou Leite c/ Café e Torradas	logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Croissant c/ Manteiga	
<b>JUNIORES</b>		<b>03-06-2024</b>	<b>04-06-2024</b>	<b>05-06-2024</b>	<b>06-06-2024</b>	<b>07-06-2024</b>	<b>08-06-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa de Lombardo	Sopa de Courgette	Sopa de Espinafres	Creme de Legumes	Sopa de Nabiças	
	PRATO	Esparguete à Bolonhesa c/ Salada	Filete de pescada no forno c/ Batata e Brócolos	Arroz de Aves c/ Salada	Salada Russa de Pescada	Roti de Perú no Forno c/ Batata Assada e Salada	
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina de Pêssego	Fruta da Época	
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Papa de Fruta e Pão c/ Queijo	logurte de Aromas e Pão c/ Manteiga	Leite e Pão c/ Fiambre	Croissant c/ Manteiga e logurte Liquido	
<b>BERÇÁRIO</b>		Creme Alface c/ Frango	Creme de Courgette c/ Red Fish	Creme de Abóbora c/ Frango	Creme de Feijão Verde c/ Pescada	Creme de Cenoura c/ Peru	

As ementas podem conter os seguintes alergénios:

Cereais com glúten; Ovos; Leite; Amendoins; Soja; Frutos de Casca Rija; Sementes de sésamo; Aipo; mostarda; Peixe; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremoços; moluscos; crustáceos.

Ementa sujeita a alterações

**EMENTA**

<b>SÉNIORES</b>		<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>	<b>SÁBADO</b>
		<b>10-06-2024</b>	<b>11-06-2024</b>	<b>12-06-2024</b>	<b>13-06-2024</b>	<b>14-06-2024</b>	<b>15-06-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa de Abóbora c/ Massinhas	Sopa Lombardo c/ Grão	Sopa de Feijão Verde	Sopa de Espinafres	Sopa de Feijão, Abóbora e Couve	Sopa de Agrião
	PRATO	Pá de Porco Estufada c/ Arroz de Cenoura e Salada	Paloco com Natas e Salada Mista	Favas com Entrecosto e Arroz	Pescada Frita c/ Cebolada c/ Puré de Batata e Salada	Perna de Frango Assada c/ Massa Espiral e Salada	Perna de Porco no Forno c/ Arroz e Feijão Verde
	DIETA	Cubos de Perú Estufados c/ Arroz de Cenoura e Couve Flor	Bacalhau fresco no forno com Batata Cozida e Brócolos	Bife de Frango Estufado c/ Arroz Branco e Favas Cozidas	Pescada Cozida c/ Batata e Cenoura	Perna de Frango Assada c/ Massa Espiral e Ervilhas	Perna de Porco no Forno c/ Arroz e Feijão Verde
	SOBREMESA	Fruta da Época	Mousse de Chocolate	Fruta da Época	Bolo de Iogurte	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>LANCHE</b>			Chá ou Leite c/ Café e Pão c/ Queijo	Chá ou Leite c/ Café e Torradas	Iogurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Croissant c/ Manteiga	
<b>JUNIORES</b>		<b>10-06-2024</b>	<b>11-06-2024</b>	<b>12-06-2024</b>	<b>13-06-2024</b>	<b>14-06-2024</b>	<b>15-06-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA		Sopa de Lombardo	Sopa de Feijão Verde	Sopa de Espinafres	Creme de Legumes	
	PRATO		Bacalhau fresco no forno com Batata Cozida e Brócolos	Bife de Frango Estufado c/ Arroz Branco e Salada	Pescada Cozida c/ Batata e Cenoura	Perna de Frango Assada c/ Massa Espiral e Salada	
	SOBREMESA		Fruta da Época	Fruta da Época	Bolo de Iogurte	Fruta da Época	
<b>LANCHE</b>			Papa de Fruta e Pão c/ Queijo	Iogurte de Aromas e Pão c/ Manteiga	Leite e Pão c/ Fiambre	Torradas c/ Iogurte Líquido	
<b>BERÇÁRIO</b>			Creme de Courgette c/ Abrótea	Creme de Feijão Verde c/ Frango	Creme de Alface c/ Pescada	Creme de Cenoura c/ Frango	

As ementas podem conter os seguintes alergénios:

Cereais com glúten; Ovos; Leite; Amendoins; Soja; Frutos de Casca Rija; Sementes de sésamo; Aipo; mostarda; Peixe; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremoços; moluscos; crustáceos.

Ementa sujeita a alterações

**EMENTA**

<b>SÉNIORES</b>		<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>	<b>SÁBADO</b>
		<b>17-06-2024</b>	<b>18-06-2024</b>	<b>19-06-2024</b>	<b>20-06-2024</b>	<b>21-06-2024</b>	<b>22-06-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa Juliana	Sopa de Couve-Flor	Sopa Juliana	Sopa de Grão com Espinafres	Canja de Galinha	Sopa de Nabiças
	PRATO	Empadão de Vaca c/ Brócolos	Meia Desfeita de Paloco c/ Grão, Ovo Cozido e Lombardo	Bifes de Cebolada c/ Massa Espiral e Salada	Rissóis de Camarão c/ Arroz de Tomate e Salada	Jardineira de Frango	Red Fish Assado com Batata Ensalsada e Brócolos
	DIETA	Bife de Frango Grelhado c/ Esparguete e Brócolos	Meia Desfeita de Paloco c/ Grão, Ovo Cozido e Lombardo	Perú Assado Simples c/ Massa Espiral e Couve-Flor	Filetes de Pescada Estufados c/ Arroz de Cenoura e Couve Bruxelas	Jardineira de Frango	Red Fish Assado com Batata Ensalsada e Brócolos
	SOBREMESA	Fruta da Época	Arroz Doce	Fruta da Época	Gelatina de Ananás	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas e Pão c/ Manteiga	Chá ou Leite c/ Café e Pão c/ Queijo	Chá ou Leite c/ Café e Torradas	logurte de Aromas e Pão c/ Fiambre	Chá ou Leite c/ Café e Croissant c/ Manteiga	
<b>JUNIORES</b>		<b>17-06-2024</b>	<b>18-06-2024</b>	<b>19-06-2024</b>	<b>20-06-2024</b>	<b>21-06-2024</b>	<b>22-06-2024</b>
<b>ALMOÇO</b>	SOPA	Sopa Juliana	Sopa de Couve-Flor	Sopa Juliana	Sopa de Espinafres	Canja de Galinha	
	PRATO	Esparguete à Bolonhesa de Vaca c/ Brócolos	Abrótea Cozida c/ Batata e Couve Cozida	Perú Assado Simples c/ Massa Espiral e Salada	Filetes de Pescada Estufados c/ Arroz de Cenoura e salada	Jardineira de Frango	
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina de Ananás	Fruta da Época	
<b>LANCHE</b>		logurte de Aromas c/ Pão c/ Manteiga	Papa de Fruta e Pão c/ Queijo	logurte de Aromas e Pão c/ Manteiga	Leite e Pão c/ Fiambre	Croissant c/ Manteiga e logurte Liquido	
<b>BERÇÁRIO</b>		Creme de Abóbora c/ Frango	Creme de Courgette c/ Abrótea	Creme de Abóbora c/ Peru	Creme de Alface c/ Pescada	Creme de Cenoura c/ Frango	

As ementas podem conter os seguintes alergénios:

Cereais com glúten; Ovos; Leite; Amendoins; Soja; Frutos de Casca Rija; Sementes de sésamo; Aipo; mostarda; Peixe; Dióxido de enxofre e sulfitos; Tremeços; moluscos; crustáceos.

Ementa sujeita a alterações