



EMENTA

Semana de 16 a 20 de Março

2^a

Feira

Sopa	Cenoura c/ Massinhas	124
Peixe	Bacalhau à Florentina	
Carne	Almôndegas de Tomatada com Puré	755
Dieta	Salmão Grelhado com Batatas e Legumes	
Sug. Chefe	Fettuccine com Courgettes e Cogumelos	673

3^a

Feira

Sopa	Beterraba c/ Laranja	110
Peixe	Red Fish Assado com Batata aos Gomos e Esparregado	567
Carne	Arroz à Valenciana	677
Dieta	Carne Cozida com Legumes	510
Sug. Chefe	Feijoada de legumes	639

4^a

Feira

Sopa	Caldo Verde	185
Peixe	Calamares com Arroz de Cenoura	600
Carne	Frango Assado com Arroz e Batata Frita	713
Dieta	Solha ao Natural com Puré de Batata e Couve	413
Sug. Chefe	Alho Francês à Brás	632

5^a

Feira

Sopa	Cozido	168
Peixe	Empadão de Pescada com Espinafres	572
Carne	Dobrada à Moda do Porto	782
Dieta	Bife de Peru na Chapa com Arroz Branco	543
Sug. Chefe	Caril de Grão com arroz Branco	701

6^a

Feira

Sopa	Ervilhas c/ Bacon	169
Peixe	Bacalhau à Barcareense	679
Carne	Iscas com Elas	485
Dieta	Abrótea Estufada Simples com Batata e Hortalíça	408
Sug. Chefe	Quiche de Espinafres com Cogumelos	537

Alergénios: Os pratos da ementa podem conter um ou mais tipo dos seguintes alérgenos:

Cereais c/ Glúten, Crustáceos, Ovos, Peixe, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de Casca Rija, Aipo, Mostarda, Sementes de Sésamo, Dióxido de Enxofre e Sulfitos, Tremeços e Moluscos, bem como os derivados de cada alérgeno

