



2 ^a	Sopa	Sopa cenoura c/ repolho laminado
	peixe	Atum grelhado c/batata
	vegeta	Legumes grelhados c/batata
	Fruta	Fruta
3 ^a	Sopa	Sopa de brocolos
	carne	Bife de frango panado no forno c/ esparguete
	vege	Panadinhos de legumes c/ soja e esparguete
	fruta	Fruta
4 ^a	Sopa	Sopa de macedonia
	peixe	Bacalhau de brocolos
	veg	Camadas de legumes no forno
	fruta	Fruta
5 ^a	Sopa	Sopa de alho frances
	carne	Tirinhas de porco salteadas c/ legumes e arroz
	vege	Pimentos recheados c/ legumes e arroz de milho
	fruta	Fruta
6 ^a	Sopa	Sopa de feijão
	peixe	Salada de peixe c/batata
	vege	Massa de legumes
	Fruta	Fruta

Se é **alérgico** a algum alimento, por favor informe-se, junto da nossa Equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Sem adição de açúcares, contendo apenas os açúcares naturalmente presentes nos alimentos utilizados.

** Ementa Sujeita a alteração por motivos de mercado.

Ementa 18 a 19 fev



			doses
2	Sopa		
	peixe		
	vegeta		
	Fruta		
3 ^a	Sopa		
	carne		
	vege		
	fruta		
4 ^a	Sopa		
	peixe		
	veg		
	fruta		
5	Sopa	Brocolos	
	Carne	Carne de vaca guisada c/ batata	
	vege	Hamburger de grao no pao	
	fruta	Fruta	
6 ^a	Sopa	Sopa de legumes	
	carne	Pizza	
	vege	Pizza vegetariana	
	Fruta	fruta	

Se é **alérgico** a algum alimento, por favor informe-se, junto da nossa Equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Sem adição de açúcares, contendo apenas os açúcares naturalmente presentes no alimentos utilizados.
 ** Ementa Sujeita a alteração por motivos de mercado.



			doses
2	Sopa	Sopa de ervilha c/ cenoura raspada	
	Peixe	Pasteis de bacalhau	
	veget	Pasteis vegetarianos	
	Fruta	fruta	
3 ^a	Sopa	Sopa de tomate	
	carne	Tirinhas de frango salteadas c/ esparguete	
	veget	Bolonhesa de soja c/ esparguete	
	fruta	Fruta	
4 ^a	Sopa	Sopa de couve flor	
	peixe	Empadão de atum	
	veg	Empadão de legumes	
	Fruta	fruta	
5	Sopa	Sopa de abóbora	
	carne	Carne de porco estufada c/ macarrao	
	veg	Macarronada vegetariana	
	Fruta	Fruta	
6 ^a	Sopa	Sopa de espinafre	
	peixe	Bacalhau de cenoura	
	veg	Gratinado de legumes c/ batata	
	Fruta	Fruta	

Se é **alérgico** a algum alimento, por favor informe-se, junto da nossa Equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Sem adição de açúcares, contendo apenas os açúcares naturalmente presentes nos alimentos utilizados.
**** Ementa Sujeita a alteração por motivos de mercado.**

Ementa 1 a 5 março



2ª	Sopa	Sopa de feijao verde
	carne	Febras estufadas c/ arroz
	Veget	Guisado de legumes c/ arroz
3ª	Sopa	Sopa de cebola
	peixe	Lasanha de atum
	Veget.	Lasanha de legumes
4ª	Sopa	sopa de nabo
	carne	Strogonoff de frango c/ espaguete
	Veget.	Strogonoff de soja c/ espaguete
5ª	Sopa	Sopa de couve bruxelas e abobora
	peixe	Salada de bacalhau
	Veget.	Salada vegetariana
6ª	Sopa	Sopa de legumes inteiros
	Carne	Feijoada c/ arroz branco
	Veget.	Feijoada vegetariana c/ arroz branco

Se é **alérgico** a algum alimento, por favor informe-se, junto da nossa Equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Sem adição de açúcares, contendo apenas os açúcares naturalmente presentes nos alimentos utilizados.

** Ementa Sujeita a alteração por motivos de mercado.



2 ^a	Sopa	Sopa cenoura c/ repolho laminado
	peixe	Bifinhos de Atum grelhado c/batata
	vegeta	Legumes grelhados c/batata
	Fruta	Fruta
3 ^a	Sopa	Sopa de brocolos
	carne	Almondegas de vaca c/ esparguete
	vege	Almondegas de legumes c/ esparguete
	fruta	Fruta
4 ^a	Sopa	Sopa de macedonia
	peixe	Bacalhau natas
	veg	Arroz de cogumelos c/ legumes
	fruta	Fruta
5 ^a	Sopa	Sopa de alho frances
	carne	Febras grelhadas c/arroz de legumes
	vege	Corgete recheados c/ legumes e arroz de milho
	fruta	Fruta
6 ^a	Sopa	Sopa de feijão
	peixe	Salada de atum c/batata
	vege	Caril de legumes c/ batata
	Fruta	Fruta

Se é **alérgico** a algum alimento, por favor informe-se, junto da nossa Equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Sem adição de açucars, contendo apenas os açucars naturalmente presentes nos alimentos utilizados.

** Ementa Sujeita a alteração por motivos de mercado.