

2ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		logurte de aromas ⁷ ou peça de fruta e bolachas variadas ^{1,3,7}					
	ALMOÇO	SOPA	Juliana	75	75	116	116	
		PRATO	Ganso de vaca estufado com esparguete ¹	--	--	--	--	
		DIETA	Ganso de vaca estufado simples com esparguete ¹	--	--	--	--	
		PRATO VEG.	Bife de seitan estufado com legumes e esparguete ¹	--	--	--	--	
		LEGUMES / SALADA	Macedónia e saladas cruas em buffet	53/85	77/109	101/156	126/176	
		SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	40	40	76	76	
	LANCHE DA TARDE		Pão de mistura com queijo ou manteiga ^{1,7} , sumo concentrado ou leite simples ⁷					
3ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		logurte de aromas ⁷ ou peça de fruta e bolachas variadas ^{1,3,7}					
	ALMOÇO	SOPA	Nabiças	--	--	--	--	
		PRATO	Bacalhau à Minhota ^{1,4}	--	--	--	--	
		DIETA	Perca no forno ⁴ com limão, ervas aromáticas e batata cozida	184	--	--	--	
		PRATO VEG.	Rissóis de tofu ^{1,6,12} com salada camponesa	334	393	593	713	
		LEGUMES / SALADA	Lombarda em vinagrete ¹² e saladas cruas em buffet	37/85	60/109	82/156	104/176	
		SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	40	40	76	76	
	LANCHE DA TARDE		Pão de sementes ^{1,8} com fiambre de peru ou marmelada e leite achocolatado ⁷ ou simples ⁷					
4ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		logurte de aromas ⁷ ou peça de fruta e bolachas variadas ^{1,3,7}					
	ALMOÇO	SOPA	Feijão branco com couve roxa e cenoura ralada	110	110	127	127	
		PRATO	Espetadas de peru no forno com arroz	--	--	--	--	
		DIETA	Espetadas de peru no forno com arroz	--	--	--	--	
		PRATO VEG.	Lentilhas de tomatada com arroz	346	429	513	627	
		LEGUMES / SALADA	Favas de coentrada e saladas cruas em buffet	68/85	96/109	132/156	163/176	
		SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	40	40	76	76	
	LANCHE DA TARDE		logurte liquido ⁷ /leite simples ⁷ com bolacha de milho e queijo triangulo ⁷ ou pão com queijo ^{1,7}					
5ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		logurte de aromas ⁷ ou peça de fruta e bolachas variadas ^{1,3,7}					
	ALMOÇO	SOPA	Caldo verde ⁶	77	77	93	93	
		PRATO	Massa fusilli tricolor ¹ com salmão ⁴ , cogumelos, feijão-verde, cenoura, milho e oregãos	417	484	643	738	
		DIETA	Filete de salmão ⁴ com ervas no forno, batata cozida e brócolos	338	417	538	605	
		PRATO VEG.	Massa fusilli tricolor ¹ com salsicha vegetariana ⁶ , cogumelos, ervilhas, cenoura e milho	208	275	370	463	
		LEGUMES / SALADA	Curgete salteada e saladas cruas em buffet	38/85	58/109	83/156	104/176	
		SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades) / gelado ⁷	40/60	40/60	76/120	76/120	
	LANCHE DA TARDE		Barra de cereais ^{1,6,7} e leite simples ⁷ ou pão de mistura com fiambre de peru ¹					
6ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		logurte de aromas ⁷ ou peça de fruta e bolachas variadas ^{1,3,7}					
	ALMOÇO	SOPA	Creme de lentilhas e cenoura	108	108	129	129	
		PRATO	Rancho (perna de porco)	--	--	--	--	
		DIETA	Frango corado simples com macarronete ¹	371	444	572	644	
		PRATO VEG.	Rancho vegetariano	244	329	429	522	
		LEGUMES / SALADA	Ratatouille e saladas cruas em buffet	43/85	65/109	87/156	109/176	
		SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	40	40	76	76	
	LANCHE DA TARDE		Pão de centeio com doce ¹ e iogurtes de aromas ⁷ ou leite simples ⁷					

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1-Glúten, 2-Crustáceos , 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Frutos de casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de sésamo, 12-Dióxido de enxofre e sulfitos, 13-Tremoço, 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

Nota: Buffet de salada tem diariamente, cenoura, beterraba ralada, couve roxa, tomate, pepino, alface, cebola e azeitonas.