

24/03/2025(5)	ALMOÇO/JANTAR	LUNCH/DINNER	V.E.T. (Kcal)*	Alergénios	
PRATO				Contém	Pode conter
<b>2ª FEIRA</b>					
SOPA	Legumes	Vegetables	113		
PRATO	Fêveras grelhadas com arroz	Grilled pork steaks w/ rice	600		
DIETA	Pescada grelhada, arroz	Grilled hake w/ rice	438	Peixe	
VEGETARIANO	Jardineira de legumes	Stuffed vegetables and potatoes all mixed	400		
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
<b>3ª FEIRA</b>					
SOPA	Sopa de legumes	Vegetables	93		
PRATO	Costeletas grelhadas com massa	Grilled pork chops w/ pasta	600	glúten	
DIETA	Abrótea cozida c/ batata cozida	Boiled daffodil w/ boiled potatoes	500	Peixe	
VEGETARIANO	Salada de grão c/ ovo e legumes	Chickpea salad with egg and vegetables	382	Ovo	
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
<b>4ª FEIRA</b>					
SOPA	Canja	Chicken soup	137	Glúten	
PRATO	Bife de frango grelhado com arroz	Grilled chicken steaks w/ rice	530		
DIETA	Massa de atum	Tuna pasta	560	Peixe, Glúten	
VEGETARIANO	Massada de legumes	Vegetables pasta	400	Glúten	
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
<b>5ª FEIRA</b>					
SOPA	Portuguesa (cenoura, cebola, alho, batata, feijão, repolho)	Vegetables and beans	105		
PRATO	Pá de porco assada c/ arroz	Roast pork w/ rice	774		
DIETA	Camponesa de peixe	Fish and potatoes salad	500	PEIXE	
VEGETARIANO	Rissóis de legumes	Vegetables patties	660	GLÚTEN	
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
<b>6ª FEIRA</b>					
SOPA	Sopa de abóbora	Pumpkin soup	93		
PRATO	Esparguete à Bolonhesa	Spaghetti bolognese	670	Glúten	
DIETA	Salada de atum com feijão-frade	Tuna salad with black-eyed peas	550	Peixe	
VEGETARIANO	Salada de feijão-frade com legumes	Vegetables salad with black-eyed peas	380		Ovo
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo
<b>SÁBADO</b>					
SOPA	De feijão verde	Vegetables	104		
PRATO	Bifanas à minhoto c/ arroz	pork steaks w/ rice	600		
DIETA	Pescada grelhada c/ arroz	Grilled hake w/ rice	490	Peixe	
VEGETARIANO	Rissóis de legumes	Vegetables patties	660	Glúten, Leite	
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA/DOCE*/GELATINA	Fruit/Cake*/Gelatin	50/VARIÁVEL/5	*Glúten, ovo, leite	*soja, frutos de casca rija, sementes de sésamo

**Atenção:**

Ementa sujeita a alterações;

Todos os pratos são acompanhados por salada ou legumes;

\*Valores nutricionais médios aproximados por prato

Se desejar prato estritamente vegetariano, informar a cozinha com um dia de antecedência;

**Attention:**

Menu subject to change;

All dishes are accompanied by salad or vegetables;

\*Approximate average nutritional values per dish

If you want a strictly vegetarian dish, inform the kitchen one day in advance;