



13 a 19 de Outubro 202

Almoço	Segunda-feira	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Pescada panada c/ feijão frade Pescada panada no forno c/ salada de batata	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Frango assado c/ batata assada Frango assado c/ batata assada
Almoço	Terça-feira	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Vitela estufada c/ ervilhas esparguete Vitela estufada simples c/ esparguete	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Medalhões de peixe estufados c/ puré Medalhões de peixe estufados simples c/ puré
Almoço	Quarta-feira	Jantar
Sopa legumes / sopa de dieta Bacalhau frito c/arroz de feijão Arroz de peixe	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Arroz de aves Arroz de aves simples
Almoço	Quinta-feira	Jantar
Sopa de repolho / sopa de dieta Febras de porco estufadas c/ batata cozida Febra de porco estufada simples c/ batata cozida	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Massada de peixe Massada de peixe simples
Almoço	Sexta-feira	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Lombos de pescada estufados c/ molho de marisco c/ puré Lombo de pescada estufados simples c/ puré	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Bife de frango c/ batata frita Bife de frango simples c/batata cozida
Almoço	Sábado	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Peito de peru Assado c/ feijão branco Peito de peru assado c/ macarrão	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Filetes panados no forno c/ arroz Filetes panados no forno c / arroz
Almoço	Domingo	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Lulas recheadas c/ puré Pescada estufada simples c/puré	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Jardineira de vitela Jardineira de vitela simples
Sobremesa	Todas refeições são acompanhadas de Fruta da época / fruta cozida /Batido de Fruta	

Símbolos Alergênicos

Contém glúten	Crustáceos	Ovos	Peixe	Amendoim	Soja	Lactínios	Aipo	Mostarda	Sementes de Sésamo	Dióxido de Enxofre e Sulfitos	Moluscos	Tremoços	Nozes

Pequeno-almoço*: café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; Nestum®; pão integral; papo-seco; queijo. **Lanche*:** café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; fiambre; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; marmelada; Nestum®; paio; pão integral; papo-seco; queijo. **Ceia*:** bolacha de água e sal; bolacha Maria café preto c/s açúcar; chá preto c/

O Presidente da Direcção:

Dr. Joaquim Pereira

O Chefe de Cozinha:

Rui Pereira