

Julho 2019

Sábado (06/07)	Sopa	Sopa de brócolos
	Prato	Fêvera grelhada com batata cozida e salada de alface e cebola
	Sobremesa	Fruta crua da época
Domingo (07/07)	Sopa	Sopa de couve lombarda e feijão manteiga
	Prato	Cavala assada com batata à murro e grelos salteados ⁴
	Sobremesa	Fruta assada
Sábado (13/07)	Sopa	Sopa de nabos
	Prato	Raia estufada com batata estufada e salada de alface e cebola ⁴
	Sobremesa	Fruta crua da época
Domingo (14/07)	Sopa	Sopa de espinafres
	Prato	Lombo de porco assado c/ arroz de cenoura e salada de tomate
	Sobremesa	Fruta crua da época
Sábado (20/07)	Sopa	Sopa de grelos
	Prato	Arroz de pato com cenoura raspada ⁷
	Sobremesa	Fruta crua da época
Domingo (21/07)	Sopa	Sopa de penca
	Prato	Bacalhau com broa e brócolos salteados ^{1,4}
	Sobremesa	Fruta crua da época
Sábado (27/07)	Sopa	Caldo verde ^{1,6,7}
	Prato	Carapau grelhado, arroz de ervilhas de quebrar e salada de tomate ⁴
	Sobremesa	Fruta crua da época
Domingo (28/07)	Sopa	Sopa de grelos
	Prato	Frango assado no forno c/ batata assada e salada de alface e cebola
	Sobremesa	Fruta assada

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

Nutricionista, Dra. Bárbara Faria,

Cédula Profissional N.º 3095N

Esta ementa pode estar sujeita a alterações