

<b>2ª feira</b>		<b>Alergénios</b>
<b>Sopa</b>	Creme de ervilhas	_____
<b>Prato</b>	Almôndegas de vitela estufadas c/ esparguete	Glúten
<b>Prato Vegetariano</b>	Lentilhas estufadas c/ esparguete	Glúten
<b>Legumes/Salada</b>	Alface e pepino	Sulfítos
<b>Fruta</b>	Fruta de época	_____
<b>3ª feira</b>		<b>Alergénios</b>
<b>Sopa</b>	Feijão verde	_____
<b>Prato</b>	Choco guisado c/ batata, abóbora e cenoura	Moluscos
<b>Prato Vegetariano</b>	Ervilhas guisadas c/ batata e cenoura	_____
<b>Legumes/Salada</b>	Incorporado no prato	Sulfítos
<b>Fruta</b>	Fruta de época	_____
<b>4ª feira</b>		<b>Alergénios</b>
<b>Sopa</b>	Feijão seco c/ couve lombarda	_____
<b>Prato</b>	Frango no forno c/ laranja e alecrim c/ arroz branco	_____
<b>Prato Vegetariano</b>	Tofu estufado c/ arroz branco	Soja
<b>Legumes/Salada</b>	Alface, beterraba ralada e milho	Sulfítos
<b>Fruta</b>	Fruta de época	_____
<b>5ª feira</b>		<b>Alergénios</b>
<b>Sopa</b>	Espinafres	_____
<b>Prato</b>	Medalhões de pescada gratinados c/ broa e batata cozida e brócolos cozidos	Peixe
<b>Prato Vegetariano</b>	Quinoa c/ legumes (cogumelos, milho e feijão verde)	_____
<b>Legumes/Salada</b>	Tomate e pepino	Sulfítos
<b>Fruta</b>	Fruta de época	_____
<b>6ª feira</b>		<b>Alergénios</b>
<b>Sopa</b>	Creme de cenoura	_____
<b>Prato</b>	Carne de porco estufada c/ feijão, abóbora, cenoura e massa cotovelinhos	Glúten
<b>Prato Vegetariano</b>	Feijão guisado c/ abóbora, cenoura e massa cotovelinhos	Glúten
<b>Legumes/Salada</b>	Incorporado no prato	Sulfítos
<b>Fruta</b>	Fruta de época	_____