

05/04/2021 a 09/04/2021 Semana da Saúde		12/04/2021 a 16/04/2021		19/04/2021 a 23/04/2021		26/04/2021 a 30/04/2021		03/05/2021 a 07/05/2021		
2ª	CARNE	Sopa: Sopa de espinafres	PEIXE	Sopa: Sopa de couve lombarda	CARNE	Soupe: Garbure (Alergénios: dióxido de enxofre e sulfitos)	PEIXE	Sopa: Creme de grão	CARNE	Sopa: Sopa de legumes
		Prato: Massa à lavrador (carne de porco, chouriço, feijão, couve e massa) c/ louro e alecrim (Alergénios: glúten, dióxido de enxofre e sulfitos)		Prato: Salada russa com atum, ovo, maionese e salsa picada (Alergénios: ovos, peixe)		Plat principal: Coq au vin et riz blanc (Alergénios: dióxido de enxofre e sulfitos)		Prato: Pastéis de bacalhau com arroz de cenoura e tomilho (Alergénios: ovos, peixe)		Prato: Bife de peru grelhado c/ tomilho e Fusilli c/ louro e salsa (Alergénios: glúten)
		Vegetariano: Massa à lavrador vegetariana c/ louro e alecrim (Alergénios: glúten)		Vegetariano: Salada russa vegetariana c/ opção de ovo e salsa picada (Alergénios: ovos)		Végétarien: Ratatouille		Vegetariano: Pastéis de feijão-verde com arroz de cenoura e tomilho (Alergénios: ovos)		Vegetariano: Salada de repolho c/salsa e alecrim e crepes vegetarianos
		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salade: Laitue, betterave et carotte râpée		Salada: Salteado de legumes		Salada: Mista (3 variedades)
		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Dessert: Creme caramel ou fruit (Alergénios: ovos, leite)		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época
3ª	PEIXE	Sopa: Sopa de favas c/ hortelã	CARNE	Sopa: Sopa de tomate	PEIXE	Sopa: Creme de curgete	CARNE	Soup: Pea soup (Alergénios: leite)	PEIXE	Sopa: Sopa de couve-flor
		Prato: Arroz de marisco c/ louro e coentros (Alergénios: crustáceos, moluscos)		Prato: Feijoada c/ louro e alecrim e arroz branco (Alergénios: dióxido de enxofre e sulfitos)		Prato: Peixe vermelho assado com cebolada, louro e alecrim e batata cozida (Alergénios: peixe)		Main course: Bangers and mash (Alergénios: glúten)		Prato: Feijoada de marisco c/ louro e alecrim e arroz branco (Alergénios: crustáceos, moluscos)
		Vegetariano: Tofu com pimentos e arroz de legumes c/ tomilho e salsa (Alergénios: soja)		Vegetariano: Feijoada vegetariana c/ louro e alecrim e arroz branco (Alergénios: glúten)		Vegetariano: Bifinhos de seitan com cebolada, louro e alecrim e batata cozida (Alergénios: glúten)		Veggie: Cuzcuz with parsley and oregano (Alergénios: glúten)		Vegetariano: Feijoada com quinoa c/ louro e alecrim e arroz branco
		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Salteado de legumes		Salad: English pea salad (Alergénios: ovos)		Salada: Mista (3 variedades)
		Sobremesa: Maça assada c/ canela		Sobremesa: Gelatina/Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Dessert: Jelly or Orange (Alergénios: dióxido de enxofre e sulfitos)		Sobremesa: Fruta da época
4ª	CARNE	Sopa: Caldo verde	PEIXE	Sopa: Creme de ervilhas	CARNE	Sopa: Sopa de alho francês	PEIXE	Sopa: Sopa da pedra	CARNE	Sopa: Creme de favas c/ hortelã
		Prato: Hambúrguer no forno c/ tomilho e salsa e com Fusilli tricolor (Alergénios: glúten, dióxido de enxofre e sulfitos)		Prato: Lulas estufadas c/salsa e louro com arroz de alho (Alergénios: moluscos)		Prato: Assaduras com arroz de feijão c/ louro e tomilho		Prato: Abrótea estufada c/ tomilho e salsa e batata cozida (Alergénios: peixe)		Prato: Almondegas no forno c/ alecrim e salsa e esparguete cozido (Alergénios: glúten)
		Vegetariano: Hambúrguer de grão de bico no forno c/ tomilho e salsa e com Fusilli tricolor (Alergénios: soja, glúten)		Vegetariano: Salada de abacate c/ sementes de abóbora e salsa com arroz de alho		Vegetariano: Tofu assado no forno com arroz de feijão c/ louro e tomilho (Alergénios: soja)		Vegetariano: Tortelline de espinafre com ovo (Alergénios: ovos)		Vegetariano: Almondegas de seitan c/ alecrim e salsa e esparguete cozido (Alergénios: glúten)
		Salada: Legumes salteados		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Migas (Alergénios: glúten)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Macedónia de legumes
		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Salada de fruta		Sobremesa: Maça assada c/ canela
5ª	PEIXE	Sopa: Sopa de espargos c/ coentros	CARNE	Sopa: Caldo de cebola	PEIXE	Sopa: Sopa de legumes	CARNE	Sopa: Sopa juliana	PEIXE	Sopa: Caldo verde
		Prato: Filetes de pescada c/ limão e salsa com arroz de feijão (Alergénios: glúten, ovos, peixe)		Prato: Rancho c/ louro e alecrim (Alergénios: glúten)		Prato: Empadão de arroz com atum, brócolos e cenoura c/ alecrim e salsa picada (Alergénios: peixe)		Prato: Frango assado c/ louro e alecrim e arroz de cenoura		Prato: Bacalhau espiritual (Alergénios: glúten, peixe, leite)
		Vegetariano: Douradinhos vegetarianos c/ salsa e tomilho e arroz de feijão (Alergénios: glúten, ovos)		Vegetariano: Salada de grão c/ louro e alecrim e com ovo (Alergénios: glúten)		Vegetariano: Empadão de arroz com soja, brócolos e cenoura c/ alecrim e salsa picada (Alergénios: soja)		Vegetariano: Omelete de queijo e cogumelos c/ salsa e arroz de cenoura (Alergénios: ovos, leite)		Vegetariano: Tabule (Alergénios: glúten)
		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Migas
		Sobremesa: Salada de fruta		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época
6ª	CARNE	Sopa: Sopa de legumes c/ salsa	PEIXE	Sopa: Sopa de brócolos	CARNE	Sopa: Sopa de nabiças	PEIXE	Sopa: Sopa de agrião	CARNE	Primer plato: Aguado de gallina (Ecuador)
		Prato: Carne estufada c/ alecrim e tomilho e com batata cozida (Alergénios: glúten, dióxido de enxofre e sulfitos)		Prato: Pescada gratinada c/ tomilho e alecrim com batata à rodela e molho branco (Alergénios: peixe, leite, glúten)		Prato: Esparguete à Bolonhesa c/ louro e salsa (Alergénios: glúten)		Prato: Massada de salmão gratinado no forno c/ tomilho e alecrim (Alergénios: glúten, ovos, peixe, leite)		Segundo plato: Pabellón Criollo (Venezuela) (Alergénios: dióxido de enxofre e sulfitos)
		Vegetariano: Tortilha de legumes c/ alecrim e salsa picada (Alergénios: ovo)		Vegetariano: Talharim com molho de cogumelos c/ tomilho e alecrim		Vegetariano: Bolonhesa de soja c/ louro e salsa (Alergénios: glúten, soja)		Vegetariano: Quiche vegetariana c/ tomilho e alecrim (Alergénios: ovos, leite)		Plato vegetariano: Pabellón criollo vegetariano
		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Legumes salteados		Ensalada: Mixta (Tomate, lechuga y zanahoria)
		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Postre: Arroz con leche (Venezuela) o frutas- naranja, plátano, manzana (Alergénios: leite)