

10/05/2021 a 14/04/2021		17/05/2021 a 21/05/2021		24/05/2021 a 28/05/2021 Semana intercultural		31/05/2021 a 04/06/2021		07/06/2021 a 11/06/2021																								
2ª	CARNE	Sopa: Sopa de feijão	Prato: Feijoada brasileira com louro e alecrim, salsicha e carne de porco grelhada e arroz branco (Alergénios: dióxido de enxofre e sulfitos)	Vegetariano: Feijoada brasileira com louro e alecrim e arroz branco (Alergénios: dióxido de enxofre e sulfitos)	Salada: Couve mineira com farofa	Sobremesa: Salada de fruta	PEIXE	Sopa: Sopa de couve lombarda	Prato: Salada russa com atum, ovo, maionese e salsa picada (Alergénios: ovos, peixe)	Vegetariano: Salada russa vegetariana c/ opção de ovo e salsa picada (Alergénios: ovos)	Salada: Mista (3 variedades)	Sobremesa: Fruta da época	CARNE	Sopa: Minestrone	Prato: Spaghetti alla bolognese (Alergénios: glúten)	Vegetariano: Lenticchie rosse alla bolognese (Alergénios: glúten)	Salada: Broccoli bolliti	Sobremesa: Mousse al cioccolato / arancia (Alergénios: leite)	PEIXE	Sopa: Creme de grão	Prato: Peixe vermelho assado com cebolada, louro e alecrim e batata cozida (Alergénios: peixe)	Vegetariano: Bifinhos de seitan com cebolada, louro e alecrim e batata cozida (Alergénios: glúten)	Salada: Salteado de legumes	Sobremesa: Fruta da época	CARNE	Sopa: Sopa de agrião	Prato: Strogonoff de peru c/ cebolinho e cogumelos e arroz de passas c/ tomilho	Vegetariano: Strogonoff de soja c/ cebolinho e cogumelos e arroz de passas c/ tomilho (Alergénios: soja)	Salada: Mista (3 variedades)	Sobremesa: Fruta da época		
	3ª	PEIXE	Sopa: Sopa de brócolos	Prato: Salada de peixe (pescada, miolo camarão, batata, cenoura, ervilha, ovo cozido, azeitona, maionese e salsa) (Alergénios: crustáceos, ovos)	Vegetariano: Salada de legumes (batata, cenoura, ervilha, ovo cozido, azeitona, maionese e salsa) (Alergénios: ovos)	Salada: Mista (3 variedades)	Sobremesa: Maça assada c/ canela	CARNE	Sopa: Sopa chinesa de vegetais	Prato: Chop suey de vaca com arroz chau chau (Alergénios: ovos)	Vegetariano: Crepes vegetarianos com arroz chau chau (Alergénios: ovos)	Salada: Legumes salteados	Sobremesa: Salada de fruta	PEIXE	Sopa: Sopa de legumbres	Prato: Salmón a la naranja con almendras y arroz blanco y tomillo (Alergénios: peixe, frutos de casca rija)	Vegetariano: Tortilla (Alergénios: ovos)	Salada: Mixta (Tomate, lechuga y zanahoria)	Sobremesa: Crema Catalana/Manzana (Alergénios: leite)	CARNE	Sopa: Caldo de cebola	Prato: Frango estufado c/ cogumelos, alecrim e salsa e arroz de legumes	Vegetariano: Arroz de legumes c/ omelete e salsa (Alergénios: ovos)	Salada: Mista (3 variedades)	Sobremesa: Fruta da época	PEIXE	Sopa: Sopa de espinafres	Prato: Bacalhau à Gomes de Sá c/ salsa picada (Alergénios: peixe, ovos)	Vegetariano: Ervilhas estufadas c/ tomate, cenoura, pimento e salsa picada	Salada: Migas (Alergénios: glúten)	Sobremesa: Gelatina/Fruta da época	
		4ª	CARNE	Sopa: Sopa de alho francês	Prato: Esparguete à Napolitana com almôndegas, tomilho e alecrim (Alergénios: glúten, dióxido de enxofre e sulfitos)	Vegetariano: Almondegas de seitan com tomilho e alecrim e esparguete cozido (Alergénios: glúten)	Salada: Legumes salteados	Sobremesa: Fruta da época	PEIXE	Sopa: Creme de ervilhas	Prato: Tentáculos de pota com batata a murro (Alergénios: moluscos)	Vegetariano: Quiche vegetariana (Alergénios: ovos)	Salada: Nabiças salteadas	Sobremesa: Fruta da época	CARNE	Sopa: Potage de grison	Prato: ZÜRCHER GESCHNETZELTE mit spaghetti (Alergénios: glúten)	Vegetariano: Rosti	Salada: Sautiertes Gemüse	Sobremesa: Kiwi ou orange	PEIXE	Sopa: Sopa da pedra	Prato: Massada de peixe com azeitonas, maionese e coentros (Alergénios: glúten, peixe)	Vegetariano: Talharim ao molho de cogumelos e coentros (Alergénios: glúten)	Salada: Mista (3 variedades)	Sobremesa: Fruta da época	CARNE	Sopa: Sopa de alho francês	Prato: Lombo de porco c/ salsa e louro e batatas assadas com alecrim	Vegetariano: Batata-doce recheada com alecrim	Salada: Mista (3 variedades)	Sobremesa: Fruta da época
			5ª	PEIXE	Sopa: Sopa de favas c/ hortelã	Prato: Salada de feijão-frade com atum, ovo, azeitona, maionese e salsa (Alergénios: peixe, ovos)	Vegetariano: Salada de feijão-frade com ovo, azeitona, maionese e salsa (Alergénios: ovos)	Salada: Nabiças salteadas	Sobremesa: Fruta da época	CARNE	Sopa: Sopa de espinafres	Prato: Assaduras com louro e alho e arroz de feijão	Vegetariano: Tofu assado no forno com louro e alho e arroz de feijão (Alergénios: soja)	Salada: Legumes salteados	Sobremesa: Fruta da época	PEIXE	Sopa: Caldo verde	Prato: Bacalhau à Brás com salsa picada e tomilho (Alergénios: peixe)	Vegetariano: Tabule (Alergénios: glúten)	Salada: Migas (Alergénios: glúten)	Sobremesa: Fruta da época	CARNE	Feriado									
6ª				CARNE	Sopa: Sopa juliana c/ alecrim	Prato: Massa com frango, ervilhas e cenouras, alecrim e salsa (Alergénios: glúten)	Vegetariano: Omelete de queijo com cogumelos, alecrim e salsa e massa de meada (Alergénios: ovos)	Salada: Mista (3 variedades)	Sobremesa: Fruta da época	PEIXE	Sopa: Creme de curgetes c/ salsa picada	Prato: Bacalhau no forno com tomilho e salsa e batatas a murro (Alergénios: peixe)	Vegetariano: Chuchu gratinado (Alergénios: ovos)	Salada: Migas (Alergénios: glúten)	Sobremesa: Fruta da época	CARNE	Sopa: Sopa de feijão à moda angolana	Prato: Muamba de galinha com puré (Alergénios: leite)	Vegetariano: Muamba de tofu com puré	Salada: Mista (3 variedades)	Sobremesa: Salada de fruta	PEIXE	Sopa: Sopa de legumes	Prato: Empadão de arroz com atum, brócolos, cenoura, alecrim e salsa picada (Alergénios: peixe)	Vegetariano: Empadão de arroz com soja, brócolos, cenoura, alecrim e salsa picada (Alergénios: soja)	Salada: Mista (3 variedades)	Sobremesa: Salada de fruta	CARNE	Sopa: Sopa de repolho	Prato: Pernas de frango assadas c/ alecrim e talharim cozido com tomilho e louro	Vegetariano: Nhoques de beringela c/ queijo com tomilho e louro	Salada: Mista (3 variedades)