

		23/11/2020 a 27/11/2020	30/11/2020 a 04/12/2020	07/12/2020 a 11/12/2020	14/12/2020 a 18/12/2020					
2ª	PEIXE	Sopa: Creme de ervilhas c/ massinhas	CARNE	Sopa: Sopa de repolho	PEIXE	Sopa: Sopa de grão c/ espinafres	CARNE	Sopa: Sopa de favas	PEIXE	Sopa:
		Prato: Medalhões de pescada c/ molho marisco e cebolinho e c/ arroz branco		Prato: Pernas de frango assadas c/ alecrim e talharim cozido c/ tomilho e louro		Prato: Massa de atum c/ ovo cozido e salsa picada		Prato: Esparguete à bolonhesa c/ manjeriço		Prato:
		Vegetariano: Almôndegas vegetarianas com cebolinho e c/ arroz branco		Vegetariano: Nhoques de beringela c/ queijo c/ tomilho e louro		Vegetariano: Tabule e salsa picada		Vegetariano: Bolonhesa de lentilhas vermelhas c/ manjeriço		Vegetariano:
		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Legumes ao vapor		Salada: Mista (3 variedades)		Salada:
		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Arroz doce/Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa:
3ª	CARNE	Sopa: Sopa de grão	PEIXE	Sopa:	CARNE	Sopa:	PEIXE	Sopa: Sopa de couve lombarda	CARNE	Sopa:
		Prato: Vitela c/ legumes e alecrim e c/ espirais tricolor		Prato: FERIADO		Prato: FERIADO		Prato: Arroz de potas c/ salsa picada e orégãos		Prato:
		Vegetariano: Soja estufada c/ legumes e alecrim e c/ espirais tricolor		Vegetariano:		Vegetariano:		Vegetariano: Couscous c/ salsa picada e orégãos		Vegetariano:
		Salada: Mista (3 variedades)		Salada:		Salada:		Salada: Mista (3 variedades)		Salada:
		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa:		Sobremesa:		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa:
4ª	PEIXE	Sopa: Sopa de legumes	CARNE	Sopa: Sopa de alho francês	PEIXE	Sopa: Creme de cebola	CARNE	Sopa: Sopa de nabiças	PEIXE	Sopa:
		Prato: Arroz de peixe c/ coentros		Prato: Lombo de porco c/ salsa e louro e c/ batata assada e alecrim		Prato: Bacalhau c/ broa e batata a murro c/ alecrim		Prato: Hambúrguer c/ alecrim e c/ batata frita		Prato:
		Vegetariano: Migas de feijão-frade c/ coentros		Vegetariano: Batata-doce recheada c/ alecrim		Vegetariano: Tofu no forno c/ batata a murro c/ alecrim		Vegetariano: Hambúrguer vegetariano c/ alecrim e c/ batata frita		Vegetariano:
		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Migas		Salada: Mista (3 variedades)		Salada:
		Sobremesa: Leite-creme / fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa:
5ª	CARNE	Sopa: Sopa Juliana	PEIXE	Sopa: Sopa de couve-flor	CARNE	Sopa: Canja	PEIXE	Sopa: Sopa de espinafres	CARNE	Sopa:
		Prato: Espetadas de peru no forno c/ tomilho e c/ batata cozida		Prato: Peixe vermelho no forno c/ tomilho e alecrim e c/ arroz de cenoura		Prato: Feijoada c/ louro e salsa e c/ arroz seco		Prato: Bacalhau à Gomes de Sá c/ salsa picada		Prato:
		Vegetariano: Quiche vegetariana c/ tomilho		Vegetariano: Crepes vegetarianos c/ tomilho e alecrim e c/ arroz de cenoura		Vegetariano: Feijoada de legumes c/ louro e salsa e c/ arroz seco		Vegetariano: Ervilhas estufadas c/ tomate, cenoura, pimento e salsa picada		Vegetariano:
		Salada: Nabiças salteadas		Salada: Brócolos cozidos		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Migas		Salada:
		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Mousse chocolate/Fruta da época		Sobremesa: Maça assada c/ canela		Sobremesa: Gelatinas / Fruta da época		Sobremesa:
6ª	PEIXE	Sopa: Caldo verde	CARNE	Sopa: Sopa de feijão	PEIXE	Sopa: Sopa de brócolos	CARNE	Sopa: Sopa de lentilhas	PEIXE	Sopa:
		Prato: Douradinhos no forno c/ alecrim e c/ arroz de feijão c/ orégãos		Prato: Carne de porco à alentejana com coentros		Prato: Arroz de marisco c/ coentros		Prato: Strogonoff de peru c/ cebolinho e cogumelos e arroz de passas c/ tomilho		Prato:
		Vegetariano: Portobellos salteados c/ alho, alecrim e vinagre e c/ arroz de feijão c/ orégãos		Vegetariano: Seitan à alentejana com coentros		Vegetariano: Quinoa c/ legumes e coentros		Vegetariano: Strogonoff de soja c/ cebolinho e cogumelos e arroz de passas c/ tomilho		Vegetariano:
		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada: Mista (3 variedades)		Salada:
		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Maça assada c/ canela/Fruta da época		Sobremesa: