

07-01-2019	Sopa	LEGUMES
	Carne	TIRINHAS DE CARNE VACA ESTUFADA COM COGUMELOS , NATAS E ARROZ BRANCO
	Peixe	RED FISH COZIDO COM BATATA COZIDA E BRÓCOLOS COZIDOS
	Dieta	ESCALOPES DE AVES GRELHADOS COM MASSA TAGLIATELI E ESPARREGADO
	Vegetariano Ovolactovegetariana	HAMBÚRGUER VEGETARIANO COM ESPARGUETE E LEGUMES SALTEADOS
08-01-2019	Sopa	GRÃO COM ESPINAFRE
	Carne	FRANGO NA PÚCARA COM ARROZ BRANCO
	Peixe	ARROZ DE POTA MALANDRINHO
	Dieta	ABRÓTEA ESTUFADA SIMPLES COM PURÉ DE BATATA
	Vegetariano Ovolactovegetariana	LENTILHAS DE TOMATADA COM ARROZ INTEGRAL
09-01-2019	Sopa	PEIXE COM COENTROS
	Carne	CARNE DE PORCO ASSADA CEBOLINHAS E BATATA ASSADA
	Peixe	PESCADA DE FRICASSÉ COM ARROZ DE LEGUMES
	Dieta	PERNA DE FRANGO CORADA AO NATURAL COM ESPARGUETE
	Vegetariano Ovolactovegetariana	PATANISCAS DE LEGUMES COM SALADA DE FEIJÃO FRADE
10-01-2019	Sopa	ALFACE
	Carne	EMPADÃO DE AVES COM ESPINAFRE
	Peixe	FILETES DOURADOS COM ARROZ DE TOMATE E ERVILHAS
	Dieta	PESCADA GRELHADA COM SALADA DE MACEDÓNIA E LEGUMES
	Vegetariano Ovolactovegetariana	FEIJOADA VEGETARIANA (FEIJÃO VERMELHO E SOJA)
11-01-2019	Sopa	COUVE PORTUGUESA
	Carne	BIFE DE VACA DE CEBOLADA COM BATATA COZIDA
	Peixe	BADEJO ESTUFADO COM PIMENTOS E BATATA COZIDA
	Dieta	ESCALOPES DE VACA GRELHADOS COM ARROZ BRANCO E CENOURA COZIDA
	Vegetariano Ovolactovegetariana	BERINGELA RECHEADA COM COGUMELOS E COURGETTE

Alergénios: Informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.



14-01-2019	Sopa	LEGUMES
	Carne	PANADINHOS DE PORCO Á MILANEZA
	Peixe	POSTA DE BADEJO AU MEUNIER COM BATATINHA SALTEADA
	Dieta	ESCALOPES DE PORCO GRELHADOS COM ARROZ BRANCO DE CENOURA
	Vegetariano Ovolactovegetariana	SEITAN GUISADO COM MASSA
15-01-2019	Sopa	MASSINHAS COM LEGUMES
	Carne	HAMBÚRGUER MISTO GRELHADO COM QUEIJO , ARROZ BRANCO
	Peixe	ATUM COM SALADA DE FEIJÃO FRADE , BATATA E OVO COZIDO
	Dieta	ABRÓTEA GRELHADA COM SUMO DE LIMÃO , BATATA COZIDA E LEGUMES
	Vegetariano Ovolactovegetariana	ESTUFADO DE LEGUMES COM BATATA SALTEADA
16-01-2019	Sopa	CENOURA COM ALHO FRANCÊS
	Carne	PERNA DE PERÚ ASSADA COM LARANJA E ARROZ DE PASSAS
	Peixe	SOLHA NA CHAPA COM BATATA SALTEADA EM AZEITE E ALHO
	Dieta	BORREGO ESTUFADO AO NATURAL COM BATATA E CENOURA COZIDA
	Vegetariano Ovolactovegetariana	GRÃO DE BICO COM CUSCUZ ,ALHO FRANCÊS E CENOURA RALADA
17-01-2019	Sopa	ABÓBORA COM FEIJÃO VERDE
	Carne	JARDINEIRA DE FRANGO
	Peixe	BACALHAU COM NATAS
	Dieta	ARROZ DE PESCADA AO NATURAL COM BRÓCULOS COZIDOS
	Vegetariano Ovolactovegetariana	SOJA ESTUFADA COM MACARRONETE E SALADA
18-01-2019	Sopa	FEIJÃO ENCARNADO COM HORTALIÇA
	Carne	ENTREMEADA DE PORCO GRELHADA COM MIGAS DE FEIJÃO ENCARNADO
	Peixe	ABRÓTEA NO FORNO COM ERVAS AROMÁTICAS , PURÉ DE BATATA E JULIANA DE LEGUMES SALTEADOS
	Dieta	BIFINHOS DE PERÚ GRELHADOS COM FUSILLI TRICOLOR E JULIANA DE LEGUMES COZIDOS
	Vegetariano Ovolactovegetariana	ALMÔNDEGAS DE LENTILHAS ESTUFADAS COM PURÉ DE BATATA E JULIANA DE LEGUMES SALTEADOS

Alergénios: Informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.



21-01-2019	Sopa	COUVE PENCA COM MASSA
	Carne	BITOQUE DE VACA COM BATATA FRITA
	Peixe	SALMÃO ASSADO COM PIMENTOS E PURÉ DE BATATA
	Dieta	SALMÃO GRELHADO COM BATATA COZIDA E LEGUMES
	Vegetariano Ovolactovegetariana	CROQUETES DE LENTILHAS COM ARROZ DE FEIJÃO E CENOURA RALADA
22-01-2019	Sopa	GRÃO COM NABIÇA
	Carne	PÁ DE PORCO ASSADA COM AMEIXA E FUSILLI
	Peixe	MASSADA DE PEIXE COM DELICIAS DO MAR E COENTROS
	Dieta	HAMBÚRGUER DE AVES GRELHADO COM FUSILLI E LEGUMES
	Vegetariano Ovolactovegetariana	ERVILHAS ESTUFADAS COM SOJA
23-01-2019	Sopa	JULIANA
	Carne	STROGONOFF DE PERÚ COM COGUMELOS E ARROZ BRANCO
	Peixe	RED FISH ASSADO NO FORNO COM ARROZ DE LOMBARDO
	Dieta	RED FISH COZIDO COM BATATA COZIDA E LOMBARDO COZIDO
	Vegetariano Ovolactovegetariana	RATATOUILLE DE TOFU COM FRUTOS SECOS E LOMBARDO COZIDO
24-01-2019	Sopa	CALDO VERDE
	Carne	COSTELETAS Á SALSICHEIRO COM ARROZ DE CENOURA
	Peixe	FEIJOADA DE CHOCO COM ARROZ BRANCO
	Dieta	COSTELETAS GRELHADAS COM ARROZ BRANCO E CENOURA COZIDA
	Vegetariano Ovolactovegetariana	MOUSSAKA DE BERINGELA E SOJA COM CENOURA RALADA (LASANHA GREGA)
25-01-2019	Sopa	COUVE FLOR
	Carne	FRANGO Á PASSARINHO COM ARROZ BRANCO
	Peixe	TINTUREIRA DE COENTRADA COM BATATINHA COZIDA
	Dieta	PEIXE GRELHADO SALADA DE BATATA E MACEDÓNIA DE LEGUMES
	Vegetariano Ovolactovegetariana	GRATINADO DE BATATA DOCE ,COGUMELOS E ERVILHAS COM SALADA

Alergénios: Informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.



28-01-2019	Sopa	CREME DE CENOURA COM FEIJÃO VERDE
	Carne	FRANGO GUIADO COM ESPARGUETE
	Peixe	SALADA DE SALMÃO COM BATATA ,ERVILHAS, CENOURA E FEIJÃO VERDE
	Dieta	ARROZ DE AVES AO NATURAL COM CENOURA COZIDA
	Vegetariano Ovolactovegetariana	CAÇAROLA DE GRÃO COM SEITAN E LEGUMES
29-01-2019	Sopa	FEIJÃO ENCARNADO COM COUVE PORTUGUESA
	Carne	PERU ASSADO COM CENOURA ,CEBOLA E BATATA NO FORNO
	Peixe	RIBALDO NO FORNO COM BACON E ARROZ DE SALSA
	Dieta	RIBALDO GRELHADO COM BATATA COZIDA E COUVE BRUXELAS
	Vegetariano Ovolactovegetariana	ESPARGUETE SALTEADO COM CENOURA RIPADA , SOJA E ERVILHAS
30-01-2019	Sopa	FEIJÃO BRANCO COM ESPIANFRE
	Carne	BORREGO ASSADO Á PADEIRO COM PURÉ MISTO (BATATA E CENOURA)
	Peixe	LINGUADO GRELHADO COM MOLHO DE MANTEIGA ,BATATA COZIDA E BRÓCOLOS
	Dieta	BORREGO ESTUFADO AO NATURAL COM ARROZ BRANCO E FEIJÃO VERDE COZIDO
	Vegetariano Ovolactovegetariana	BERINGELA RECHEADA DE SEITAN COM FARFALLE COZIDO
31-01-2019	Sopa	ALHO FRANCÊS
	Carne	PERNA DE PORCO E BATATA ASSADA Á PADEIRO
	Peixe	CALDEIRADA DE BACALHAU COM PIMENTOS
	Dieta	BIFINHOS DE AVES GRELHADOS COM ESPARGUETE E COUVE FLOR
	Vegetariano Ovolactovegetariana	BRÁS DE LEGUMES
01-02-2019	Sopa	MINISTRONE
	Carne	FEIJOADA Á BRASILEIRA (FEIJÃO PRETO)COM ARROZ BRANCO
	Peixe	CARAPUS GRELHADOS COM BATATA ENSALSADA
	Dieta	CARNE DE VACA ESTUFADA AO NATURAL COM ESPARGUETE E LEGUMES
	Vegetariano Ovolactovegetariana	CARIL DE FEIJÃO BRANCO COM LEGUMES E ARROZ INTEGRAL COM SALADA DE COUVE ROXA

Alergénios: Informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.

