









# 3ª SEMANA

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>SOPA</b>	Feijão Verde	Canja de Galinha enriquecida com cenoura ralada	Espinafres	Canja de Galinha enriquecida com cenoura ralada	Creme de Ervilhas
<b>REFEIÇÃO</b>	Pescada cozida, com batata, legumes e ovo cozido + Fruta	Carne à Bolonesa com esparguete + Salada + Fruta	Bacalhau Espiritual + Salada + Gelatina	Frango assado com batata frita + Salada + Fruta	Peixe Frito com arroz primavera + Salada + Fruta
<b>ALERGÉNIOS*</b>	 	 	 		 
<b>LANCHE</b>	Leite e pão com fiambre/manteiga	Iogurte pão com chouriço/manteiga	Leite e pão com queijo/manteiga	Iogurte e Bolacha Maria	Leite e pão com fiambre/manteiga

\*Legenda:



Glúten



Crustáceos



Ovos



Peixe



Amendoins



Soja



Lácteos



Frutos de casca



Dióxido de enxofre e sulfitos



Moluscos



Tremeços



Aipo



Mostarda



Grãos de sésamo