

Segunda-Feira	Sopa	Dia da Implantação da República Portuguesa  3 DE OUTUBRO
	Prato	
	Sem gluten	
	Salada	
	Prato	
	Sem gluten	

Terça-Feira	Sopa	Sopa de legumes
	Prato	Barras de pescada no forno com arroz de tomate ^{1,3,4,7}
	Sem gluten	Igual da Pescanova
	Salada	Salada mista
	Prato	Fruta da época (min. 3 variedades)
	Sem gluten	Pão de mistura ¹

Quarta-Feira	Sopa	Legumes
	Prato	Vitela estufada com cenoura e purê de batata ^{3,7}
	Sem gluten	<u>Igual</u>
	Salada	Cenoura ralada
	Prato	Fruta da época (min. 3 variedades)
	Sem gluten	Pão de mistura ¹

Quinta-Feira	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate e feijão verde malandrinho ^{1,3,4,7,12}
	Sem gluten	Arroz de bacalhau malandrinho
	Salada	Salada mista
	Prato	Fruta da época (min. 3 variedades)
	Sem gluten	Pão de mistura ¹

Sexta-Feira	Sopa	Couve branca com feijão vermelho
	Prato	Coxas de frango assadas com arroz de tomate
	Sem gluten	<u>Igual</u>
	Salada	Salada mista
	Prato	Fruta da época (min. 3 variedades)
	Sem gluten	Pão de mistura ¹