

01/06 a 05/06

Segunda-Feira	Sopa	Grão-de-bico com espinafres
	Mediterrânico	Hambúrguer de vaca no pão com batata frita
	Veggie	Hambúrguer vegetariano no pão com batata frita
	CoMtradição	Esparguete à Carbonara
	Hortícolas	Buffet de salada (alface, tomate, cenoura, pepino e/ou beterraba)
Sobremesa	Fruta da época	
Terça-Feira	Sopa	Canja de galinha & creme de feijão-verde
	Mediterrânico	Lombos de salmão no forno com ervas aromáticas e arroz branco
	Veggie	Feijoada de legumes com arroz branco
	CoMtradição	Salada de grão-de-bico com atum, ovo cozido, milho, alface, tomate e azeitonas
	Hortícolas	Buffet de salada (alface, tomate, cenoura, pepino e/ou beterraba)
Sobremesa	Fruta da época	
Quarta-Feira	Sopa	Alho-francês com cenoura e curgete
	Mediterrânico	Massa à Campino (frango, feijão-vermelho, couve-lombarda, cenoura e macarronete)
	Veggie	Massada de legumes (alho-francês, cenoura, couve-lombarda, cenoura e feijão-verde) e feijão-vermelho
	CoMtradição	Pão de sementes com bife de frango, alface e tomate
	Hortícolas	Buffet de salada (alface, tomate, cenoura, pepino e/ou beterraba)
Sobremesa	Fruta da época	
Quinta-Feira	Sopa	
	Mediterrânico	
	Veggie	FERIADO
	CoMtradição	
	Hortícolas	
Sobremesa		
Sexta-Feira	Sopa	Creme de feijão-verde
	Mediterrânico	Pescada à Zé do Pipo
	Veggie	Tofu gratinado com grão e legumes (alho-francês, cenoura e espinafres)
	CoMtradição	Tortellini de ricota e espinafres com molho de tomate
	Hortícolas	Buffet de salada (alface, tomate, cenoura, pepino e/ou beterraba)
Sobremesa	Fruta da época	

08/06 a 12/06

Segunda-Feira	Sopa	Creme de abóbora
	Mediterrânico	Almôndegas (carne de vaca e porco) estufadas com molho de tomate e esparguete
	Veggie	Bolonhesa de lentilhas com esparguete
	CoMtradição	Bowl de massa lacinhos com cubos de fiambre, cubos de queijo, brócolos, milho, cenoura e molho de iogurte
	Hortícolas Sobremesa	Buffet de salada (alface, tomate, cenoura, pepino e/ou beterraba) Fruta da época
Terça-Feira	Sopa	Espinafres
	Mediterrânico	Salada Camponesa (batata, cenoura e ervilhas) com atum e ovo cozido
	Veggie	Tofu assado com coentros e batatinha assada
	CoMtradição	Baguete com pasta de delícias do mar, ovo cozido, alface e cenoura
	Hortícolas Sobremesa	Buffet de salada (alface, tomate, cenoura, pepino e/ou beterraba) Fruta da época
Quarta-Feira	Sopa	FERIADO
	Mediterrânico	
	Veggie	
	CoMtradição	
	Hortícolas Sobremesa	
Quinta-Feira	Sopa	Cenoura com ervilhas
	Mediterrânico	Medalhões de pescada estufados com molho de tomate e arroz branco
	Veggie	Caril de grão e legumes (abóbora, cogumelos e curgete) com arroz branco
	CoMtradição	Salada de fusilli tricolor com atum, ovo cozido, alface, tomate, cenoura, milho e molho de iogurte
	Hortícolas Sobremesa	Buffet de salada (alface, tomate, cenoura, pepino e/ou beterraba) Fruta da época
Sexta-Feira	Sopa	Portuguesa (feijão-vermelho e couve)
	Mediterrânico	Lombo de porco com massa espiral
	Veggie	Ervilhas estufadas com legumes (cenoura, couve-branca e cogumelos) e massa espiral
	CoMtradição	Bolo do caco com fatias de lombo de porco, alface e tomate
	Hortícolas Sobremesa	Buffet de salada (alface, tomate, cenoura, pepino e/ou beterraba) Fruta da época