



Centro Social de Aguiar

1 de Maio

	Sopa	Prato	Sobremesa	*Alergénios
Quinta-feira 2	Creme de legumes	Massa á bolonhesa. Salada de alface.	Fruta da época	1

Alergénios: Consultar tabela anexo II do Regulamento nº1169/2011 de 25 de outubro



Centro Social de Aguiar

6 a 10 de Maio

	Sopa	Prato	Sobremesa	*Alergénios
Segunda-feira 6	Creme de legumes	Bifanas com massa esparguete. Salada de alface	Fruta da época	1
Terça-feira 7	Sopa de espinafres	Pescada assada com arroz de ervilhas. Salada de tomate e pepino.	Fruta da época	4
Quarta-feira 8	Creme de cenoura	Frango estufado com massa espiral. Salada de couve roxa	Fruta da época	12
Quinta-feira 9	Sopa de feijão branco	Bacalhau à gomes de sá. Salada de alface	Fruta da época	3, 4
Sexta-feira 10	Creme de abóbora	Pá de porco assada com arroz. Salada de cenoura raspada	Fruta da época	

Alergénios: Consultar tabela anexo II do Regulamento nº1169/2011 de 25 de outubro



Centro Social de Aguiar

13 a 17 de Maio

	Sopa	Prato	Sobremesa	*Alergénios
Segunda-feira 13	Creme de legumes	Massa à lavrador. Salada de alface.	Fruta da época	1, 12
Terça-feira 14	Sopa de espinafres	Filetes com arroz de cenoura. Salada de tomate	Fruta da época	1, 3, 4
Quarta-feira 15	Sopa de feijão branco	Feijoada (acompanha com couve branca e cenoura)	Fruta da época	1, 12
Quinta-feira 16	Creme de cenoura	Abrotea cozida com batatas e legumes.	Fruta da época	4
Sexta-feira 17	Canja	Bifinhos de frango com arroz de cenoura. Salada de alface	Fruta da época	

Alergénios: Consultar tabela anexo II do Regulamento nº1169/2011 de 25 de outubro



Centro Social de Aguiar

20 a 24 de Maio

	Sopa	Prato	Sobremesa	*Alergénios
Segunda-feira 20	Creme de cenoura	Almôndegas com massa espiral. Salada de tomate.	Fruta da época	1
Terça-feira 21	Sopa de penca	Red fish assado com arroz. Salada de alface.	Fruta da época	4
Quarta-feira 22	Sopa de alho francês	Jardineira (acompanha com ervilhas e cenouras)	Fruta da época	12
Quinta-feira 23	Sopa de repolho	Feijão frade com atum e ovos. Salada de alface.	Fruta da época	3, 4
Sexta-feira 24	Creme de legumes	Costeletas grelhadas com arroz seco. Salada de milho e cenoura.	Fruta da época	

Alergénios: Consultar tabela anexo II do Regulamento nº1169/2011 de 25 de outubro



Centro Social de Aguiar

28 a 30 de Maio

	Sopa	Prato	Sobremesa	*Alergénios
Segunda-feira 28	Creme de cenoura	Vitela estufada com massa cotovelinhos (acompanha com cenoura baby e ervilhas.	Fruta da época	1
Terça-feira 29	Sopa de penca	Douradinhos com arroz de legumes. Salada tomate e pepino.	Fruta da época	1, 3, 4
Quarta-feira 30	Creme de legumes	Bifinhos de peru com cogumelos e massa esparguete. Salada de alface	Fruta de época	1, 12
Quinta-feira 31	Sopa de feijão vermelho	Arroz de peixe Salada cenoura e milho	Fruta da época	4

Alergénios: Consultar tabela anexo II do Regulamento nº1169/2011 de 25 de outubro