

**Município de Matosinhos**  
**RESTAURANTE**  
**Semana de 16 a 20 de maio de 2022**  
**ALMOÇO**

### Segunda 16/5

---

Sopa	Sopa de cenoura <sup>7,12</sup>
Prato	Nuggets de frango com arroz e salada de alface e tomate <sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,13,14</sup>
Prato Vegetariano	Estufado de grão com couve e abóbora e salada de alface e tomate
Sobremesa	Fruta da época

### Terça 17/5

---

Sopa	Sopa de alho-francês e ervilhas <sup>7,12</sup>
Prato	Massada de peixe (massa cotovelinhos, pescada, pimento, tomate e salsa) com feijão-verde <sup>1,3,4</sup>
Prato Vegetariano	Massada de feijão (massa cotovelinhos, feijão, pimento, tomate e salsa) com feijão-verde <sup>1,6</sup>
Sobremesa	Fruta da época

### Quarta 18/5

---

Sopa	Sopa de curgete e agrião <sup>7,12</sup>
Prato	Bifes de peru grelhados com arroz de ervilhas e brócolos salteados
Prato Vegetariano	Arroz salteado com ervilhas, brócolos, alho-francês e cenoura
Sobremesa	Fruta da época

### Quinta 19/5

---

Sopa	Sopa de grão e alho-francês <sup>7,12</sup>
Prato	Bacalhau espiritual (bacalhau, batata aos cubos, cenoura e molho bechamel) com salada de alface e cebola <sup>1,3,4,5,6,7,8,11,12,13</sup>
Prato Vegetariano	Espiritual vegetariano (cogumelos, lentilhas, batata aos cubos, cenoura e molho branco) com salada de alface e cebola
Sobremesa	Fruta da época ou gelatina <sup>1,3,6,7,8,12</sup>

### Sexta 20/5

---

Sopa	Sopa de feijão-verde e cenoura <sup>7,12</sup>
Prato	Rolo de carne misto (carne de porco e vaca) com arroz branco e cenoura raspada <sup>1,6,12</sup>
Prato Vegetariano	Bifanas de seitan com arroz branco e cenoura raspada <sup>1,6</sup>
Sobremesa	Fruta da época

**Diariamente é disponibilizado pão de mistura e água a todas as crianças.**

Alergénios: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de Casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos