

**Município de Matosinhos**  
**RESTAURANTE**  
**Semana de 27 de junho a 1 de julho de 2022**  
**ALMOÇO**

**Segunda 27/6**

---

|                   |  |
|-------------------|--|
| 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 28/6**

---

|                   |   |
|-------------------|---|
| 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 29/6**

---

|                   |  |
|-------------------|--|
| 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   |

**Quinta 30/6**

---

|                   |  |
|-------------------|--|
| 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 <sup>1,5,6,7,8,10,11</sup> |
| Sobremesa         | Fruta da época ou gelatina <sup>1,3,6,7,8,12</sup>   |

**Sexta 01/7**

---

INTERRUPÇÃO LETIVA

**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>Amendoíns, <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