



Dia	Almoço		
	Dieta geral	Dieta ligeira	Dieta vegetariana
2ª feira DI da Aviação Civil	Sopa de couve galega Rissóis de peixe fritos, arroz de feijão vermelho e salada de alface ^{a,c,d,g} Maçã	Sopa de couve galega Arroz de pescada ao natural e salada de alface ^d Maçã	-----
3ª feira DS Dia da Imaculada Conceição			
4ª feira	Canja de galinha ^a Pescada cozida com todos (batata, repolho, cenoura e ovo) ^{c,d} Uvas	Canja de galinha ^a simples Pescada cozida com todos (batata, repolho, cenoura e ovo) ^{c,d} Uvas	-----
5ª feira	Sopa de lentilhas com couve roxa Arroz de aves gratinado no forno com queijo ralado e salada mista (alface, tomate e cebola) ^{a,g} Laranja	Sopa de couve roxa Arroz de frango (sem peles e gorduras visíveis) ao natural e salada mista (alface, tomate e cebola) Laranja	-----
5ª feira Dia da Declaração Universal dos Direitos Humanos	Creme de alface Paloco à Espanhola e salada de pepino ^d Pera	Creme de alface Pescada à Espanhola ao natural e salada de pepino ^d Pera	-----