



CADERNO DE ENCARGOS

Cláusula 1.ª

Objeto

1. É objeto do presente contrato a aquisição de serviços de fornecimento de refeições aos alunos matriculados nos estabelecimentos de ensino constantes do Anexo A1, de acordo com os documentos pré-contratuais, sendo as eventuais contradições entre eles resolvidas de acordo com as regras estabelecidas no Código dos Contratos Públicos.
2. O objeto da presente contratação estrutura-se de acordo com as componentes anexas a este caderno de encargos.
3. As regras específicas quanto ao objeto do contrato e condições de execução encontram-se nas cláusulas especiais deste caderno de encargos, que dele fazem parte integrante.
4. Conforme o objeto do contrato, são aplicáveis especificamente as regras constantes dos artigos 437.º a 449.º, na contratação de fornecimento de bens, ou dos artigos 450.º a 454.º, na contratação de serviços.

Cláusula 2.ª

Partes

O contraente público é o Município de Guimarães e o cocontratante o adjudicatário.

Cláusula 3.ª

Cessão da posição contratual

1. O adjudicatário não pode ceder a sua posição contratual, exceto se para isso for autorizado pelo contraente público, ou, nos termos do número seguinte, deste artigo.
2. O adjudicatário pode ser forçado a ceder a sua posição contratual, nos termos do artigo 318.º-A do Código dos Contratos Públicos.
3. A cessão da posição contratual pelo contraente público é regulada pelo artigo 324.º do Código dos Contratos Públicos.

Cláusula 4.ª

Gestor do contrato

1. Nos termos do artigo 290.º-A, do Código dos Contratos Públicos, o gestor do contrato é Clara Soares com quem o adjudicatário tem a obrigação de cooperar, de modo diligente e célere.
2. O Município de Guimarães pode substituir, a qualquer momento, o gestor do contrato, tornando-se essa substituição válida e eficaz por mera comunicação ao adjudicatário.
3. Ao gestor do contrato cabe o acompanhamento permanente da execução do contrato, não existindo, no momento em que é assumida a decisão de contratar, qualquer delegação de competência em seu benefício.



4. A ação do gestor do contrato exerce-se sem qualquer conflito de competências com os poderes de fiscalização e de direção da execução do contrato, aos quais está sujeito o adjudicatário.

Cláusula 5.ª

Prazo e plano de execução

1. O prazo de execução do contrato é de setembro a dezembro de 2022, num total de 70 dias.
2. De acordo com as disposições do caderno de encargos, e com a proposta adjudicatária, é incluído em anexo¹ ao contrato um plano de execução, de onde conste, de modo claro e inequívoco, como deve ser cumprido o contrato, e como esse cumprimento é acompanhado das obrigações de retribuição pelo contraente público.

Cláusula 6.ª

Obrigações do adjudicatário

O adjudicatário está obrigado a cumprir escrupulosamente o contrato, executando-o com diligência e em respeito por todas as regras a que se comprometeu, pela apresentação da sua proposta, e pela assinatura da declaração que corresponde ao Anexo I, ao Código dos Contratos Públicos, e, neste contexto, nomeadamente:

- a) Cumprir, no global e no detalhe, o que lhe compete, nos termos do plano de execução;
- b) Prestar caução, quando exigida;
- c) Avisar, de imediato, o contraente público de qualquer obstáculo, incidente ou dificuldade que perturbe, ou possa perturbar, a execução do contrato;
- d) Obter todas as licenças, autorizações, ou recolher quaisquer acordos, que sejam necessários para a execução do contrato;
- e) Suportar todos os custos com a execução do contrato, unicamente por conta do pagamento do preço contratual, ou da parte do preço contratual que corresponda ao que o cocontratante efetivamente executou;
- f) Contratar o pessoal que seja necessário à execução do contrato;
- g) Contratar a aquisição de bens ou a prestação de serviços, necessárias à execução do contrato;
- h) Pagar todas as taxas, contribuições e impostos, que resultem, para si, da execução do contrato;
- i) Respeitar as ordens, instruções e diretivas que lhe sejam dadas pelo contraente público, diretamente ou através dos seus representantes, nos termos dos poderes de conformação da relação contratual, segundo o disposto no Código dos Contratos Públicos;
- j) Colaborar com o gestor do contrato;
- k) Celebrar os contratos de seguro a que esteja obrigado, nos termos do caderno de encargos, e apresentar ao contraente público, os recibos comprovativos do pagamento dos prémios, de modo a que os seguros estejam vigentes durante todo o período de execução do contrato, acrescido do período de garantia;

¹ Quando aplicável



- l) Comparecer às reuniões para as quais seja convocado por escrito pelo contraente público, sendo que, sempre que exista uma situação de incumprimento, e for adequadamente avisado do teor do incidente, participar nessa reunião com as respostas correspondentes às questões da ordem de trabalhos;
- m) Assumir as responsabilidades perante terceiros, sempre que, por ação ou omissão sua, seja a esses terceiros causado prejuízo, indemnizando correspondentemente;
- n) Respeitar todo o normativo, legal e regulamentar, que intervenha na execução do contrato.

Cláusula 7.ª

Subcontratação

A subcontratação é regida pelos artigos de 317.º a 321.º do Código dos Contratos Públicos.

Cláusula 8.ª

Preço contratual

1. O preço contratual é aquele que resulta da aceitação da proposta do adjudicatário.
2. Pelo recebimento do preço contratual, o adjudicatário obriga-se à execução integral do contrato, sem direito a qualquer remuneração suplementar, ou a qualquer verba a título de revisão de preços.
3. Não será feito qualquer pagamento, total ou parcial, que não tenha como justificação a execução das obrigações do cocontratante, e unicamente após a confirmação pelo contraente público, da efetiva execução.
4. O contraente público está obrigado ao pagamento pontual dos valores que lhe competem, sob pena de incorrer em responsabilidade por juros, nos termos legais aplicáveis.
5. Não existe qualquer pagamento a título de saldo, isto é, de diferença entre aquilo que seja o preço contratual, e o que seja certificado pelo contraente público como prestação executada pelo adjudicatário.
6. Não há lugar a qualquer pagamento de prémios, seja por cumprimento antecipado, ou por qualquer outro fundamento.

Cláusula 9.ª

Procedimentos para pagamento

1. Quando esteja cumprida qualquer prestação que caiba ao adjudicatário, que justifique que seja feito um pagamento por parte do contraente público, será esse cumprimento por este certificado, e assim comunicado ao adjudicatário.
2. Se não estiver cumprida integralmente uma prestação, nos termos previstos no plano de execução do contrato, o contraente público reduzirá o pagamento parcial ao que corresponda ao efetivamente executado.
3. Depois de certificado o cumprimento, as faturas, ou documento equivalente, serão pagas no prazo máximo de trinta dias.
4. Prazo de pagamento: mensal.



Cláusula 10.ª**Caução²**

1. O adjudicatário prestará caução de 5% do valor do preço contratual.
2. A caução pode ser executada ao primeiro pedido feito à entidade garante, sem necessidade de interposição de qualquer procedimento judicial, para satisfação de quaisquer quantias que o adjudicatário deve pagar ao contraente público, nomeadamente pela aplicação das sanções contratuais.
3. Se a caução for efetuada por depósito em dinheiro, proceder-se-á de modo equivalente ao disposto no número anterior.
4. A caução terá de estar vigente até ao prazo limite estabelecido no número 1 da cláusula 14.ª, do presente caderno de encargos.

Cláusula 11.ª**Obrigações do contraente público**

1. O contraente público deve, nos termos dos artigos 286.º, 289.º e 291.º, todos do Código dos Contratos Públicos, cooperar com o adjudicatário, no sentido de ser obtido o melhor resultado possível do cumprimento do contrato.
2. Em especial, o contraente público, através dos seus representantes, deve praticar todos os atos que lhe competem, no âmbito do caderno de encargos, comparecendo sempre que necessário, e procedendo à receção do que lhe seja destinado, desde que cumprido o plano de execução.
3. O contraente público, salvo se especificado de outro modo nas cláusulas especiais do caderno de encargos, não tem qualquer obrigação de facultar quaisquer meios, físicos ou materiais ou locais, para o cumprimento do contrato.

Cláusula 12.ª**Modificações objetivas**

1. Nos termos do corpo do artigo 312.º do Código dos Contratos Públicos, podem ser feitas as modificações objetivas no presente contrato.
2. Além do disposto no número anterior, o regime das alterações objetivas é o constante dos artigos 311.º a 315.º do Código dos Contratos Públicos, acompanhado da disciplina dos bens ou serviços complementares, nos termos dos artigos 370.º, 378.º, 438.º e 454.º, todos do Código dos Contratos Públicos, e de todas as suas normas que com as atrás referidas estejam relacionadas.

Cláusula 13.ª**Sanções contratuais**

1. Caso o adjudicatário incumpra as suas obrigações, será sujeito à aplicação das sanções contratuais que constam do artigo 329.º com as devidas adaptações.

² Se aplicável. Ver art.º 88.º do CCP.



2. Caso o cocontratante incumpra um prazo parcial do plano de execução, será sujeito a uma multa diária correspondente a metade do valor máximo previsto no número anterior, podendo ser essa sanção ser anulada no caso de ser cumprido o prazo final, e o incumprimento parcial não tenha causado prejuízo significativo ao contraente público.
3. O contraente público procederá à audiência prévia do adjudicatário, a qual será feita mediante comunicação da qual conste a situação que consubstancia o incumprimento, e dará um prazo adequado para a respetiva resposta.
4. É aplicável ao presente contrato, com as devidas adaptações, e tendo em consideração os fornecimentos ou serviços complementares, o disposto no artigo 372.º do Código dos Contratos Públicos, e dessas disposições, especialmente o que corresponde à aplicação da sanção contratual aí prevista.

Cláusula 14.ª

Prazo de garantia

1. O prazo de garantia do serviço, ou do fornecimento, a que o adjudicatário está obrigado, é de três anos.
2. No caso de estar em questão, essencialmente, um fornecimento, ou no âmbito de um contrato misto, ou incidentalmente, no contexto de uma prestação de serviços, o fornecimento de um equipamento, ou de um direito, ou de um dispositivo que tenha, do respetivo fabricante, um prazo de garantia, o adjudicatário é obrigado a fazer com que essa garantia se concretize em favor do contraente público.

Cláusula 15.ª

Resolução do contrato

1. O contraente público pode resolver o contrato sempre que esteja perante uma falta grave, que ponha em causa a satisfação do interesse público que justificou o estabelecimento da relação contratual.
2. O contraente público procederá à audiência prévia do adjudicatário, antes de proceder à resolução do contrato.
3. O cocontratante tem direito a resolver o contrato sempre que os atrasos de pagamentos se prolonguem por mais de seis meses, em montantes que representem, pelo menos, 25% do preço contratual, excluindo juros.

Cláusula 16.ª

Revogação do contrato

As partes podem, por mútuo acordo, revogar o presente contrato, se circunstâncias legalmente admissíveis o permitam, e a defesa concreta do interesse público aconselhe a que o contraente público se decida por essa opção.



Cláusula 17.ª**Eficácia financeira**

1. Nos casos em que o contrato esteja sujeito ao exercício dos poderes de fiscalização financeira prévia, pelo Tribunal de Contas, não será conferida eficácia financeira às disposições relativas ao pagamento do preço contratual, nos termos legais aplicáveis.
2. O disposto no número anterior implica que não sejam reconhecidas quaisquer obrigações por parte do contraente público antes da concessão de *Visto*, tanto no que diz respeito a pagamentos, seja na contagem de prazo para efeito de pagamento de juros.

Cláusula 18.ª**Dever de sigilo**

1. Sem prejuízo do disposto no Regulamentos de Proteção de Dados Pessoais, o prestador de serviços, o seu pessoal e todas as entidades e pessoas que aquele utilize no cumprimento das obrigações assumidas com a celebração do contrato, obrigam-se a guardar sigilo sobre toda a documentação e informações a que tenham acesso nos termos do contrato, não podendo facultar a terceiros, quaisquer informações nem sobre a natureza dos próprios serviços, nem sobre os resultados e conclusões deles, sem autorização escrita da Entidade Contratante, dos interessados titulares dos dados protegidos, nem utilizá-los em seu benefício.
2. A obrigação de sigilo profissional referida impõe-se também relativamente às informações que possam ser fornecidas internamente aos técnicos do prestador não diretamente envolvidos na prossecução dos objetivos do contrato, desde que tais informações, pela sua natureza, possam perturbar a normal execução das prestações abrangidas pelo objeto do contrato.
3. O dever de sigilo abrange ainda toda a documentação e informação técnica e não técnica, comercial ou outra, relativa ao Município de que possa ter conhecimento ao abrigo ou em relação com a execução do contrato.
4. A informação e a documentação cobertas pelo dever de sigilo não podem ser transmitidas a terceiros, nem objeto de qualquer uso ou modo de aproveitamento que não o destinado direta e exclusivamente à execução do contrato.
5. Exclui-se do dever de sigilo previsto a informação e a documentação que seja comprovadamente do domínio público à data da respetiva obtenção pelo prestador ou que este seja legalmente obrigado a revelar, por força da lei, de processo judicial ou a pedido de autoridades reguladoras ou de outras entidades administrativas competentes.

Cláusula 19.ª**Lei aplicável**

Ao presente contrato é aplicável o Código dos Contratos Públicos, e demais legislação complementar.



Cláusula 20.ª

Foro competente

Sempre que não esteja nos documentos pré-contratuais, previsto o recurso à arbitragem, a resolução dos litígios emergentes da interpretação ou da execução do presente contrato é da exclusiva competência do Tribunal Administrativo e Fiscal de Braga.



Cláusulas especiais do caderno de encargos

Cláusula 21.ª

Local da prestação do serviço

O serviço objeto do contrato será prestado nos refeitórios das escolas constantes do Anexo A1, do Convite.

Cláusula 22.ª

Período de vigência

1. O fornecimento de refeições objeto do contrato vigorará no período de setembro a dezembro de 2022, sem prejuízo das obrigações acessórias que devam perdurar para além da cessação do contrato.
2. Durante a vigência do contrato o adjudicatário fornecerá refeições todos os dias letivos.
3. Sem prejuízo do disposto no número anterior, o fornecimento poderá ocorrer ainda nos fins-de-semana, e sempre que necessário, sem qualquer alteração de preço, devendo a entidade adjudicante, ou um seu representante, notificar a empresa para o efeito com uma antecedência mínima de três dias úteis.

Cláusula 23.ª

Preço base/Preço das refeições escolares

1. O preço base do concurso, nos termos do artigo 47.º do Código dos Contratos Públicos, é de 734.832,00€ (setecentos e trinta e quatro mil oitocentos e trinta e dois euros), acrescido de IVA à taxa legal em vigor.
2. Para efeitos de cálculo do preço unitário por refeição, o valor da matéria-prima alimentar para o almoço, almoço volante e reforço de viagem de longa distância não poderá ser inferior a 0,75€ (setenta e cinco centimos) e no caso dos suplementos alimentares a 0,55€ (cinquenta e cinco centimos).

Cláusula 24.ª

Representação

O representante da entidade adjudicante em cada estabelecimento de ensino será a pessoa para o efeito designada pelo Diretor do respetivo agrupamento de escolas ou escola não agrupada.

Cláusula 25.ª

Notificações, informações e comunicações

Todas as notificações, informações e comunicações a enviar por qualquer das partes deverão ser efetuadas por escrito e remetidas através de correio registado ou correio eletrónico.



Cláusula 26.ª**Direito de auditoria**

1. A entidade adjudicante, ou o seu representante em cada estabelecimento de ensino, reserva-se o direito de auditar os serviços prestados objeto do contrato, podendo rejeitar, no todo ou em parte, aquilo que não esteja de acordo com as indicações contratuais, ou com a boa prática corrente.
2. O exercício do direito de auditoria por parte da entidade adjudicante não exclui, de forma alguma, a responsabilidade do adjudicatário no caso de verificação posterior de deficiência na execução do contrato.

Cláusula 27.ª**Diferendos**

Os diferendos surgidos na fase de verificação entre o representante do estabelecimento de ensino e o adjudicatário serão resolvidos nos seguintes termos:

- a. Se o diferendo incidir sobre aspetos quantitativos ou qualitativos das refeições a servir nesse mesmo dia, a decisão a tomar, de imediato, compete ao representante do estabelecimento de ensino.
- b. Se o diferendo incidir sobre produtos não destinados a consumo imediato, poderá recorrer-se aos organismos com competência específica na matéria.
- c. Em qualquer dos casos, e se o diferendo incidir sobre rejeição de produtos, por não cumprimento da legislação do setor alimentar em vigor, nomeadamente do Reg. (CE) n.º 852/2004 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 29 de abril e do Reg. (CE) n.º 178/2002 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 28 de janeiro, o adjudicatário poderá reclamar para a entidade adjudicante num prazo não superior a 24 horas, para o que deverá apresentar as provas dos factos invocados.
- d. A entidade adjudicante dará conhecimento da sua decisão no prazo de 48 horas. Decorrido aquele prazo sem que tenha havido qualquer comunicação, deverá entender-se que foram aceites as justificações apresentadas pelo adjudicatário.

Cláusula 28.ª**Casos fortuitos ou de força maior**

1. Não podem ser impostas sanções ao adjudicatário, nem é havida como incumprimento, a não realização pontual das prestações contratuais a cargo de qualquer das partes que resulte de caso de força maior, entendendo-se como tal as circunstâncias que impossibilitem a respetiva realização, alheias à vontade da parte afetada, que ela não pudesse conhecer ou prever à data da celebração do contrato e cujos efeitos não lhe fosse razoavelmente exigível contornar ou evitar.
2. Podem constituir força maior, se se verificarem os requisitos do número anterior, designadamente, tremores de terra, inundações, incêndios, epidemias, sabotagens, greves, embargos ou bloqueios internacionais, atos de guerra ou terrorismo, motins e determinações governamentais ou administrativas injuntivas.
3. Não constituem força maior, designadamente:



- a. circunstâncias que não constituam força maior para os subcontratados do adjudicatário, na parte em que intervenham;
 - b. greves ou conflitos laborais limitados às sociedades do adjudicatário ou a grupos de sociedades em que este se integre, bem como a sociedades ou grupos de sociedades dos seus subcontratados;
 - c. determinações governamentais, administrativas ou judiciais de natureza sancionatória ou de outra forma resultantes do incumprimento pelo adjudicatário de deveres ou ónus que sobre ele recaiam;
 - d. manifestações populares devidas ao incumprimento pelo adjudicatário de normas legais;
 - e. incêndios ou inundações com origem nas instalações do adjudicatário cuja causa, propagação ou proporções se devam a culpa ou negligência sua ou ao incumprimento de normas de segurança;
 - f. avarias nos sistemas informáticos ou mecânicos do adjudicatário não devidas a sabotagem;
 - g. eventos que estejam ou devam estar cobertos por seguros.
4. A ocorrência de circunstâncias que possam consubstanciar casos de força maior deve ser imediatamente comunicada à outra parte, com indicação do prazo previsível para o restabelecimento da situação.
 5. No decurso da ocorrência que motivou a comunicação de força maior e quando apenas seja possível o recurso à prestação do serviço na modalidade takeaway, o preço unitário da refeição corresponderá ao da refeição almoço, cabendo à entidade adjudicante assegurar o fornecimento das necessárias embalagens descartáveis.

Cláusula 29.ª

Oferta alimentar em refeitório escolar

A oferta alimentar a disponibilizar nos refeitórios escolares integra o almoço (ementa mediterrânica e vegetariana) almoço volante e reforço de viagem de longa distância e os suplementos alimentares (reforço da manhã, tarde e noite, reforço de viagem de curta distância e pequeno-almoço).

Cláusula 30.ª

Ementas

1. As refeições objeto do procedimento deverão ser confeccionadas tendo por referência o estabelecido neste caderno de encargos e as ementas definidas no Anexo A-ementa mediterrânica.
2. A ementa vegetariana, no caso de manifesta necessidade, deverá ser elaborada pelo adjudicatário. Para a elaboração da mesma poderá recorrer-se aos mesmos acompanhamentos da ementa do dia, nomeadamente os fornecedores de hidratos de carbono, os produtos hortícolas e a fruta. A carne e o pescado deverão ser substituídos por leguminosas. Casualmente poderão ser fornecidos pratos sem a presença de leguminosas, sendo que neste caso deverão estar presentes na sopa.
3. O conjunto de ementas definidas serão ajustadas para o período letivo escolar, com a antecedência necessária, em reunião a realizar entre a entidade adjudicante e a adjudicatária.



4. Para efeitos do número anterior, a escolha das ementas terá em consideração hábitos de consumo e a época do ano, procurando-se adequar à disponibilidade dos géneros necessários e à existência de dias que se considere que devem ser assinalados com ementas específicas.
5. A ementa dos reforços de manhã, tarde e noite, pequenos-almoços, almoços volantes e reforços de viagem de curta e longa distância, destinada a atividades específicas, deverá ser ajustada entre as entidades adjudicatárias e a entidade adjudicante, considerando o definido no n.º 3 da cláusula seguinte.

Cláusula 31.ª

Composição da refeição e respetivos componentes

1. A refeição almoço da ementa mediterrânica é constituída conforme definido pela Direção Geral de Educação para os refeitórios escolares, designadamente no documento *Orientações sobre Ementas e Refeitórios*, de julho de 2018, e os que lhe sucedam, em observância das indicações que dizem respeito à captação de géneros alimentícios, produtos alimentares autorizados, frequência de oferta de produtos e confeção/apresentação das refeições.
 - 1.1. A opção vegetariana será disponibilizada sempre que seja expressamente manifestada essa necessidade pelos utilizadores, conforme Lei n.º 11/2017 de 17 de abril.
 - 1.2. Sendo preocupação da entidade adjudicante o fornecimento de refeições de qualidade e nutricionalmente equilibradas, não se poderá descurar a função pedagógica do refeitório na transmissão de conceitos de alimentação saudável, pelo que o pessoal em serviço deverá fomentar o consumo de sopa, legumes e fruta, géneros alimentícios que os alunos tendem a dispensar, persuadindo-os a eleger os citados produtos, nunca indagando previamente se o aluno os pretende ou não.
2. Nas ementas devem ser tomados em conta os seguintes aspetos:
 - 2.1. Das ementas (Anexo A) definidas consta a respetiva ficha técnica (Anexo B), que indica a composição da refeição, a matéria-prima utilizada bem como a descrição do(s) método(s) de confeção;
 - 2.2. A ficha nutricional deverá ser elaborada pelo adjudicatário, para o período letivo, em função das ementas já definidas, e apresentada à entidade adjudicante com pelo menos 5 dias de antecedência. A mesma deverá ser afixada na escola acompanhando a respetiva ementa, em lugar ou lugares bem visíveis para os alunos, com uma semana de antecedência e no respeito do disposto no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de outubro de 2011;
 - 2.3. A ficha técnica e a nutricional devem estar obrigatoriamente arquivadas em pasta própria, nos refeitórios escolares, para consulta;
 - 2.4. Os alimentos que não constam da Lista de Alimentos Autorizados pela DGE não podem ser utilizados na composição das ementas já definidas;
 - 2.5. As ementas previstas não podem ser alteradas sem prévio consentimento da entidade adjudicante.



3. A composição dos reforços de manhã, tarde e noite, pequenos-almoços, almoços volantes e reforços de viagem de curta e longa distância deverá atender ao seguinte:
- 3.1. Reforços da manhã, tarde, noite e de viagem de curta distância:
- a. 1 DI Sandes de queijo ou fiambre em pão de mistura ou 1DI Bolacha Cream Creacker/arroz ou milho;
 - b. 1 DI Leite ou 1DI leite com chocolate 1 DI logurte líquido ou 1 DI sumo 100%;
 - c. 1 Água de 0,33L;
 - d. 1 Fruta crua.
- 3.2. Pequenos-almoços:
- a. 2.5 dl de leite MG ou 1 DI Leite com chocolate ou com cevada;
 - b. 1 DI Pão de mistura (embalado individualmente);
 - c. 1 DI Queijo ou 1 DI Fiambre;
 - d. 1 Peça de fruta ou 1 DI salada de fruta.
- 3.3. Almoço volante:
- a. Refeição completa ou quiche ou sandes de carne assada/frango panado no forno/bife de frango grelhado/hambúrguer grelhado/omelete, em pão de mistura;
 - b. 1 Água de 0,33L;
 - c. 1 Peça de fruta.
- 3.4. Reforço de viagem de longa distância:
- a. 2 Sandes de carne assada/frango panado no forno/bife de frango grelhado/hambúrguer grelhado/omelete, em pão de mistura, acondicionados individualmente em película aderente ou outro material adequado;
 - b. 1 Água de 0,33L;
 - c. 1 Peça de fruta.
4. As captações e géneros alimentícios a observar nos suplementos alimentares são as definidas nos Anexos C - Capitação dos alimentos – suplementos alimentares e D - Lista dos alimentos autorizados para os suplementos alimentares.

Cláusula 32.^a

Ementas alternativas

Quando devidamente justificadas por prescrição médica ou por motivos religiosos, podem ser servidas ementas alternativas, mantendo-se, sempre que possível, a matéria-prima (ou sucedâneos³) da ementa do dia, em observação do disposto nas *Orientações sobre Ementas e Refeitórios Escolares*.

³ Alergias Alimentares – Referencial, DGE (2012)



Cláusula 33.ª**Modo de prestação do serviço**

1. O serviço é prestado pelo adjudicatário à entidade adjudicante através da venda de senhas pelas escolas aos utentes e mediante a previsão do número de refeições a fornecer diariamente.
2. As senhas a que se refere o número anterior são vendidas até à véspera do dia em que serão fornecidas, devendo ser tomadas em conta para o tipo de ementa e a sua implicação na quantidade a fornecer pelo adjudicatário.
3. Não obstante o disposto no número anterior, podem ser vendidas senhas no próprio dia, até às 10 horas deste dia e desde que o número de senhas vendidas não ultrapasse uma percentagem de 5% em relação ao número de senhas vendidas até à véspera.
4. O número de senhas vendidas nas circunstâncias previstas no número anterior deverá repercutir-se na quantidade de géneros alimentares a serem servidos e nunca poderá prejudicar as condições de fornecimento previstas no presente caderno de encargos.
5. O número diário de refeições servidas corresponderá, obrigatoriamente, ao número de senhas comunicadas pelo representante da firma ao representante da escola, no final de cada serviço, confirmado pela contagem de senhas ou pelo sistema de cartões eletrónicos.

Cláusula 34.ª**Legislação aplicável**

1. A confeção de alimentos em refeitórios escolares, assim como a manutenção e higienização dos equipamentos disponíveis e das instalações deverão respeitar os requisitos técnicos do sistema do HACCP, de acordo com o previsto no Regulamento (CE) n.º 853/2004 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 29 de abril e Regulamento (CE) n.º 178/2002 do Parlamento Europeu e do Conselho de 28 de janeiro, com as alterações que lhes sejam introduzidas.
2. O fornecimento das refeições deve obedecer às normas constantes dos Regulamentos mencionados no ponto 1 bem como às boas práticas constantes do *CODEX ALIMENTARIUS* CAC/RCP 39.

Cláusula 35.ª**Seguros**

1. É da responsabilidade do adjudicatário a cobertura de responsabilidade civil, através de contrato de seguro, com inclusão da cobertura de intoxicação alimentar, seguro de multirriscos ou de incêndio e acidentes de trabalho do respetivo pessoal.
2. A entidade adjudicante pode, sempre que entender conveniente, exigir prova documental da celebração dos contratos de seguro referidos no número anterior, devendo o adjudicatário disponibilizá-la no prazo de 10 dias.



Cláusula 36.ª**Matéria-prima alimentar**

1. O aprovisionamento da matéria-prima alimentar perecível deve ser efetuado no mínimo 2 vezes por semana, independentemente do número de refeições servidas.
2. O aprovisionamento de matéria-prima não perecível deve ser efetuado semanalmente nos refeitórios com médias iguais ou inferiores a 200 refeições por dia, ou duas vezes por semana nos refeitórios em que a média for superior àquele número, de modo a favorecer os adequados procedimentos de armazenagem.
3. A matéria-prima alimentar fresca, refrigerada ou descongelada não pode, em caso algum, ser submetida ao processo de congelação dentro da unidade.
4. Na matéria-prima alimentar fornecida, sempre que possível devem privilegiar-se os produtos certificados provenientes de meios de produção com métodos de produção integrada.

Cláusula 37.ª**Fiscalização da execução do serviço**

1. A fiscalização da execução do serviço tem por finalidade, nomeadamente:
 - a. verificar se a execução do serviço de refeições está a ser prestado em conformidade com os requisitos estabelecidos contratualmente, no Código dos Contratos Públicos e demais legislação aplicável;
 - b. verificar se o pessoal se encontra devidamente uniformizado e preparado;
 - c. verificar se o número de trabalhadores efetivamente ao serviço é o constante do mapa de pessoal;
 - d. verificar o cumprimento da qualidade, das captações alimentares e demais exigências previstas nas Cláusulas Especiais do presente caderno de encargos;
 - e. verificar o cumprimento das regras de higiene e segurança alimentar.
2. Para o efeito deverá ser disponibilizada uma refeição completa aos técnicos responsáveis pela fiscalização, sem custos adicionais, não obstante as duas refeições prova a disponibilizar aos elementos do estabelecimento de ensino designados para o acompanhamento do serviço.
3. As ocorrências detetadas no decorrer da fiscalização da execução do serviço serão remetidas ao adjudicatário via correio eletrónico, devendo a sua análise e correção ser realizada e remetida à entidade adjudicante no prazo de 5 dias úteis.

Cláusula 38.ª**Preparação e arrumação das instalações**

No âmbito da execução do contrato, o adjudicatário assegurará nos dois dias anteriores ao início do fornecimento de refeições a limpeza e a arrumação das instalações e do equipamento do refeitório para que garanta assim as melhores condições ao correto funcionamento. O adjudicatário garantirá também a respetiva limpeza e arrumação nos dois dias imediatos ao encerramento do refeitório no período de interrupção letiva do Natal ou no final do contrato.



Cláusula 39.ª**Execução e distribuição**

1. A prestação do serviço deve ser executada em conformidade com todas as cláusulas contratuais e demais legislação aplicável, de modo a garantirem-se as características técnicas gerais das refeições e o adequado funcionamento do refeitório.
2. Sempre que por motivos não imputáveis ao adjudicatário, nomeadamente falta de água, eletricidade ou gás, não for possível a confeção de refeições no estabelecimento de ensino, deverá o mesmo informar de imediato, pela via mais expedita, a entidade adjudicante, e providenciar a confeção das refeições num outro estabelecimento de ensino ou o fornecimento de alimentação alternativa.
3. O adjudicatário, no âmbito da execução do presente contrato, obriga-se a garantir a realização de todas as tarefas inerentes ao serviço de refeições, designadamente:
 - a. empratamento e distribuição das refeições;
 - b. recolha e lavagem das loiças;
 - c. limpeza e higiene das instalações do refeitório, nos termos do ponto 2, da Cláusula 42.ª.

Cláusula 40.ª**Verificação da execução e da distribuição**

1. A verificação da execução do serviço a registar em modelo próprio a disponibilizar pela entidade adjudicante aos estabelecimentos de ensino, tem por objetivo:
 - a. comprovar o cumprimento da refeição servida com a prevista na ementa semanal;
 - b. avaliar a qualidade dos produtos utilizados, o cumprimento da capitação e a confeção da refeição servida;
 - c. avaliar a apresentação e eficiência do serviço, bem como a apresentação do pessoal e a higiene das instalações.
2. Os representantes do estabelecimento de ensino poderão rejeitar qualquer género alimentar incorporado na ementa que não satisfaça as necessárias condições sanitárias e qualitativas, considerando-se o mesmo como não fornecido e não podendo entrar na confeção de outras refeições. Em caso de rejeição de algum produto deverá o adjudicatário remover e substituir, de imediato, e por sua conta, por produtos idênticos ou sucedâneos, sem prejuízo do normal funcionamento do refeitório. Todos os encargos com a substituição, devolução ou destruição dos géneros incorporados nas ementas rejeitadas serão suportados exclusivamente pelo adjudicatário.
3. Os representantes do estabelecimento de ensino e do adjudicatário deverão assistir diariamente à distribuição das refeições com vista ao preenchimento do mapa de controlo diário de refeições encomendadas/servidas.
4. Sempre que se verifiquem situações violadoras do Caderno de Encargos, o estabelecimento de ensino enviará à entidade adjudicante a ficha de comunicação de ocorrência de não conformidade.
5. As não conformidades verificadas serão remetidas ao adjudicatário via correio eletrónico, devendo a sua análise e correção ser realizada e remetida à entidade adjudicante no prazo de 2 dias úteis.



6. Em casos de indícios de mal-estar, eventualmente associados à ingestão de alimentos no refeitório, o estabelecimento de ensino deve:
 - a. informar o encarregado do refeitório de que não deve remover as amostras referidas no número 3 do Cláusula 41.ª;
 - b. isolar as instalações do refeitório até à chegada das autoridades referidas na alínea c);
 - c. contactar, de imediato, a autoridade de saúde da área;
 - d. informar, pela via mais rápida, o Município;
 - e. estar presente quando da intervenção das autoridades competentes.

Cláusula 41.ª

Controlo

1. O adjudicatário obriga-se a facultar a visita das instalações, o exame dos produtos em fase de armazenagem, preparação e confeção, bem como a documentação referente aos mesmos (faturas/guias de remessa devidamente arquivadas na unidade e rótulos dos produtos confeccionados, os quais devem permitir realizar a rastreabilidade dos alimentos) quer aos representantes do estabelecimento de ensino, quer aos Serviços e/ou Organismos com competência específica.
2. O adjudicatário obriga-se a preencher e a facultar os registos de entrada e saída de matéria-prima, que devem estar devidamente arquivados no refeitório.
3. O adjudicatário obriga-se a recolher diariamente amostras da ementa confeccionada, incluindo todos os constituintes das refeições (pelo menos 150g por amostra). As amostras devem ser recolhidas no fim do serviço de fornecimento da refeição dos pratos colocados na linha de self e não retiradas diretamente das cubas ou dos recipientes onde foram confeccionados os alimentos. Após a colheita, as amostras, serão catalogadas (aposição de etiqueta com a indicação da data e referência a todos os alimentos e temperos que estão incluídos na refeição) e refrigeradas, permanecendo obrigatoriamente 72 horas na câmara de refrigeração e nunca no congelador.
4. A entidade adjudicante poderá, a qualquer momento e sempre que o entender, tomar amostras das refeições e mandar proceder às análises, ensaios e provas em laboratórios acreditados.
5. O adjudicatário obriga-se a facultar, quando solicitado pela entidade adjudicante, o cronograma da implementação da certificação do sistema de HACCP, assim como toda a documentação referente processo de certificação.
6. O adjudicatário obriga-se ainda a facultar todos os documentos referentes ao sistema de HACCP implementado em cada um dos refeitórios escolares.

Cláusula 42.ª

Instalações, equipamento e material

1. O estabelecimento de ensino coloca à disposição do adjudicatário as instalações específicas, equipamento (fixo e móvel) e outro material.
2. Consideram-se instalações do refeitório: a cozinha, a copa, a sala de refeições, a(s) despensa(s), os



- sanitários do pessoal, os corredores e todos os anexos, sendo o adjudicatário responsável pela sua limpeza e manutenção.
3. O adjudicatário fica responsável pela correta utilização de todo o material, equipamento e instalações cedidos, correndo por sua conta as perdas e danos verificados por dolo ou negligência do seu pessoal. São da sua responsabilidade os custos inerentes à utilização negligente de todo o equipamento posto à sua disposição, incluindo os danos a terceiros.
 4. Só será permitida a entrada de pessoas nas instalações da cozinha quando devidamente equipadas, devendo o adjudicatário disponibilizar para o efeito touca e bata descartáveis.
 5. Findo o Contrato, as instalações, o equipamento e outro material serão restituídos à entidade adjudicante em bom estado de conservação e funcionamento.
 6. As instalações, o equipamento e o material deverão apresentar-se sempre em boas condições de higiene e de conservação.
 7. O adjudicatário é responsável pelas operações de limpeza e desinfecção das instalações. Deve zelar pela correta utilização dos materiais e produtos de limpeza (biodegradáveis e homologados para a área alimentar), evitando o seu uso abusivo, excessivo ou a sua aplicação errada, obedecendo ao plano de higienização previamente definido.
 8. A desinfestação das instalações constituirá encargo da entidade adjudicante, sendo a mesma realizada por empresas da especialidade.
 9. As temperaturas dos sistemas de frio (refrigeração/manutenção de congelados) e as dos equipamentos de manutenção de temperaturas quentes (banhos-maria/estufas) deverão ser diariamente verificadas através de termómetros específicos e feitos os respetivos registos.
 10. No período de interrupção da atividade letiva do Natal os equipamentos de frio não devem manter-se em funcionamento, exceto nos casos previstos no número 2, da Cláusula 22.^a.
 11. O adjudicatário deve garantir o regular controlo da qualidade dos óleos de fritura, conforme previsto no seu sistema de HACCP, facultando todos os meios necessários para o efeito, e encaminhar os óleos alimentares usados de acordo com a legislação em vigor.
 12. O fornecimento de toalhetes de papel para os tabuleiros, de guardanapos de papel e o empacotamento de talheres e do pão é obrigatório e da responsabilidade do adjudicatário.
 13. O empacotamento dos talheres com o respetivo guardanapo referido no número anterior poderá ser substituído por um distribuidor de talheres semicoberto em acrílico (em que apenas fica acessível a ponta do cabo dos talheres) e por um dispensador self-service de guardanapos, caso em que é necessário serem respeitadas todas as regras do HACCP tendo particularmente em conta as características da população escolar que terá que se adaptar e respeitar o processo proposto, sem pôr em causa tais regras.
 14. Os custos da substituição prevista no número anterior é da inteira responsabilidade da empresa adjudicatária e a alteração deve ter o acordo prévio da Direção da escola.
 15. O adjudicatário deverá garantir as condições e o equipamento necessário ao cumprimento de todas as normas em vigor no que se refere ao transporte e armazenagem de alimentos e refeições



confeccionadas.

16. Os encargos com a água, gás e eletricidade são por conta da entidade adjudicante.

Cláusula 43.ª

Confeção de alimentação para outros fins e utilização de sobras

1. É vedado ao adjudicatário confeccionar qualquer tipo de alimentação para ser fornecida fora do refeitório, sem autorização da entidade adjudicante.
2. É igualmente vedado ao adjudicatário introduzir refeições feitas externamente.
3. Excetua-se do ponto 1, o fornecimento de refeições escolares destinadas a atividades específicas, que sejam indicadas formalmente pela entidade adjudicante, respeitando-se o estabelecido na Cláusula 29.ª.
4. No caso referido no número anterior, o adjudicatário fica responsável pelo transporte das refeições assumindo os respetivos custos e a segurança alimentar.
5. Sobras de quaisquer refeições não podem ser utilizadas na confeção de outras refeições, tendo de ser obrigatoriamente destruídas, com exceção do pão e fruta que deverão ser entregues ao bufete da escola, para apoio a alunos carenciados.

Cláusula 44.ª

Pessoal

1. O número e categoria dos trabalhadores em serviço em cada refeitório serão os constantes na proposta do adjudicatário, preenchida com base na tabela seguinte:

Escalão	N.º médio de refeições/dia	Trabalhadores a tempo inteiro (40h semanais) a.	Trabalhadores a tempo parcial (20h semanais) b.	Total de Trabalhadores
A	≤ 100	2	0	2
B	> 100 e ≤ 130	2	1	3
C	> 130 e ≤ 170	3	0	3
D	> 170 e ≤ 200	2	2	4
E	> 200 e ≤ 250	2	2	4
F	> 250 e ≤ 300	3	1	4
G	> 300 e ≤ 350	3	2	5
H	> 350 e ≤ 400	4	1	5
I	> 400 e ≤ 450	4	2	6
J	> 450 e ≤ 500	5	1	6



L	> 500 e ≤ 600	5	2	7
M	> 600 e ≤ 700	6	2	8
N	> 700	7	2	9

- a. O número de trabalhadores estipulados na tabela em regime de horário completo inclui, obrigatoriamente, um cozinheiro de 2.^a, um preparador e os restantes empregados de refeitório.
 - b. Os trabalhadores, estipulados na tabela, em regime de horário parcial devem ser empregados de refeitório e o seu horário não poderá ser inferior a vinte horas semanais que podem ser distribuídas uniformemente, ao longo da semana, ou em função dos dias com maior consumo médio de refeições, equivalendo a carga horária, no mínimo, a dois dias e meio de trabalho semanal.
 - c. O número de trabalhadores propostos não pode ser causa de um serviço de menor qualidade e sem a celeridade que o mesmo exige, sendo que, sempre que tal se verifique, cabe ao adjudicatário o reforço de pessoal.
 - d. Os estagiários eventualmente ao serviço não poderão ser incluídos no rácio previsto na tabela.
 - e. O número de trabalhadores apresentados na proposta do adjudicatário deve ser ajustado mensalmente em função do acréscimo ou redução do número médio de refeições, calculado no final de cada mês, exceto no primeiro mês de fornecimento.
2. O adjudicatário assegura a substituição do pessoal que se encontre ausente por motivo de doença ou impedimento semelhante, por um período superior a dois dias.
 3. O adjudicatário é responsável por todas as obrigações relativas ao seu pessoal, bem como pela reparação de prejuízos por ele causados nas instalações, equipamento e material a terceiros.
 4. O pessoal deverá estar devidamente identificado e observar as regras de higiene individual no decorrer de todas as operações inerentes à sua atividade e apresentar-se devidamente fardado, de acordo com as exigências previstas na legislação aplicável ao pessoal da indústria hoteleira, pertencendo as respetivas sanções e encargos ao adjudicatário.
 5. O adjudicatário obriga-se a disponibilizar no início do contrato, e sempre que a entidade adjudicante o julgue conveniente, os seguintes elementos:
 - a. nome das pessoas em serviço nos refeitórios;
 - b. categoria;
 - c. horário de trabalho;
 - d. apólice de seguro do pessoal em serviço no refeitório.
 6. O mapa de pessoal respeitante a cada refeitório não pode ser alterado, nem deixar de ser preenchida a totalidade do respetivo contingente, incluindo no período de interrupção letiva, sem prévio acordo do adjudicante, devendo as alterações ser objeto de apreciação por parte desta entidade.
 7. É obrigatória em cada refeitório, desde a entrada em vigor do contrato, a afixação dos mapas de pessoal com indicação dos nomes e horário de trabalho.
 8. O pessoal ao serviço do adjudicatário deverá ser portador de declaração médica atualizada que ateste o



- seu bom estado de saúde (ficha de aptidão).
9. O adjudicatário fica sujeito ao cumprimento das disposições legais e regulamentares em vigor sobre segurança, higiene e saúde no trabalho relativamente a todo o pessoal empregado, sendo da sua conta os encargos que de tal resultem.
 10. O adjudicatário é ainda obrigado a acautelar, em conformidade com as disposições legais e regulamentares aplicáveis, a vida e a segurança do pessoal empregado e a prestar-lhe a assistência médica de que careça por motivo de acidente de trabalho.
 11. Da apólice de seguro contra acidentes de trabalho deve constar cláusula pela qual a entidade seguradora se compromete a mantê-la válida até ao termo do contrato.

Cláusula 45.ª

Controlo microbiológico

1. Os meios de estudo e investigação para defesa e garantia da qualidade devem incidir, essencialmente, sobre os seguintes elementos:
 - a. controlo microbiológico das refeições servidas;
 - b. controlo microbiológico do equipamento/palamenta;
 - c. controlo microbiológico do pessoal (mãos).
2. No âmbito da execução do contrato, deve ser realizada um mínimo de uma análise microbiológica em cada um dos refeitórios escolares.
3. Os resultados devem ser enviados à entidade adjudicante antes do término do contrato.

Cláusula 46.ª

Formação

1. O adjudicatário deve garantir que todos os trabalhadores em serviço tenham formação na área da higiene e segurança alimentar.
2. No início do contrato o adjudicatário obriga-se a disponibilizar o Plano de Formação destinado aos trabalhadores em serviço em cada um dos refeitórios escolares, com respetivos conteúdos temáticos, calendarização das ações e local onde decorrerão. Qualquer alteração ao Plano de Formação deverá ser comunicada à entidade adjudicante, com a devida justificação e antecedência mínima de 8 dias úteis.
3. O Plano de Formação deve incidir, essencialmente, sobre os seguintes temas:
 - a. sistema HACCP;
 - b. noções de microbiologia e boas práticas de higiene: alimentar; pessoal; das estruturas; dos equipamentos;
 - c. boas práticas ambientais e tratamento de resíduos;
 - d. segurança no trabalho e utilização de equipamentos;
 - e. relacionamento interpessoal;
 - f. relações interpessoais com crianças;
 - g. incentivo a uma alimentação saudável;



-
- h. empratamento;
 - i. apresentação/exposição das frutas, saladas e sobremesas;
 - j. alimentação vegetariana;
 - k. sustentabilidade alimentar.
4. As ações de formação devem ser, no mínimo, de 7 horas para a formação contínua.



ANEXO A – EMENTA TIPO - DIETA MEDITERRÂNICA

SEMANA 1

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Nabo com espinafres e ervilhas/feijão (F.T.S.34)	Creme de feijão-verde (F.T.S.33)	Saloia (F.T.S.6)	Creme de legumes (F.T.S.32)	Grão com couve lombarda (F.T.S.24)
Prato	Lombos de pescada no forno com arroz (F.T.P.5+F.T.AC 8)	Febras de porco gratinadas com molho de cogumelos e macarronete (F.T.C.9+F.T.AC 9)	Solha no forno com salada russa (F.T.P.5+ F.T.AC5)	Frango estufado com ervilhas e arroz (F.T.C.11+F.T.AC9)	Bacalhau à Gome de Sá (F.T.P.15)
Salada	Alface, pepino e tomate (F.T.SLD)	Alface, couve roxa e milho (F.T.SLD+F.T.AC10)	Alface, beterraba e tomate (F.T.SLD)	Tomate, milho e pimento (F.T.SLD+F.T.AC10)	Alface, beterraba e Cenoura (F.T.SLD)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)/logurte (F.T.SOB.9+F.T.SOB.5)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta assada (F.T.SOB.9+F.T.SOB.7)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)

SEMANA 2

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Creme de cenoura e couve branca (F.T.S.29)	Feijão vermelho com hortaliça (F.T.S.26)	Da horta (F.T.S.9)	Caldo verde (F.T.S.10)	Creme de abóbora com espinafres (F.T.S.30)
Prato	Chili (carne de vaca, feijão-vermelho e milho) com arroz branco (F.T.C.3+ F.T.AC.8)	Perca no forno com batata assada e brócolos cozidos (F.T.P.5+ F.T.AC 2 + F.T.AC.10)	Vitela estufada com esparguete (F.T.C.23+F.T.AC.9)	Arroz de frutos do mar (pescada, camarão e berbigão) (F.T.P.12)	Coxas de frango assadas com espirais e cenoura (F.T.C.5+F.T.AC.11)
Salada	Alface, pimento e tomate (F.T.SLD)	Alface, milho e Tomate (F.T.SLD+ F.T.AC. 10)	Cenoura, couve roxa e pepino (F.T.SLD)	Alface, beterraba e milho (F.T.SLD+F.T.AC.10)	Alface, pepino e tomate (F.T.SLD)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Pudim (F.T.SOB.9+F.T.SOB.6)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta cozida (F.T.SOB.9+F.T.SOB.8)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)



SEMANA 3

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Creme de legumes (F.T.S.32)	Grão com espinafres (F.T.S.24)	Lavrador (F.T.S.7)	Creme de ervilhas com couve-flor (F.T.S.35)	Feijão-verde (F.T.S.21)
Prato	Empadão de atum com arroz, ervilhas e cenoura (F.T.P.10)	Perna de porco estufada com macarronete e salada tricolor (F.T.C.4+F.T.AC.9+ F.T.AC.13)	Pescada frita com salada camponesa (batata, cenoura, ervilhas, milho) (F.T.P.20+ F.T.AC.5)	Peru assado com esparguete e feijão verde (F.T.C.25+F.T.AC.9 + F.T.AC.10)	Abrótea estufada com arroz de couve (F.T.P.8+F.T.AC.6)
Salada	Alface, couve roxa e pepino (F.T.SLD)	Alface, milho e Tomate (F.T.SLD+F.T.AC.10)	Alface, beterraba e milho (F.T.SLD+F.T.AC.10)	Alface, cenoura e couve roxa (F.T.SLD)	Alface, pepino e tomate (F.T.SLD)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta assada (F.T.SOB.9+F.T.SOB.7)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades) /Gelatina (F.T.SOB.9+F.T.SOB.10)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)

SEMANA 4

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Abóbora com massinhas (F.T.S.11)	Grão com nabiças (F.T.S.24)	Creme de cenoura com couve branca (F.T.S.29)	Feijão branco c/espinafres (F.T.S.23)	Creme de ervilhas e cenoura (F.T.S.27)
Prato	Hambúrguer estufado com arroz de legumes (ervilha e cenoura) (F.T.C.26+F.T.AC.6)	Filetes de pescada gratinados com batata corada (F.T.P.2+ F.T.AC.4)	Feijoada à Portuguesa com arroz (F.T.C.17+F.T.AC.8)	Badejo no forno com batata assada (F.T.P.8 + F.T.AC.2 + F.T.AC.10)	Bifes de frango de tomatada com arroz de feijão (F.T.C.1+F.T.AC.14)
Salada	Alface, milho e pepino (F.T.SLD+ F.T.AC.10)	Alface, pimento e tomate (F.T.SLD)	Alface, couve roxa e pepino (F.T.SLD)	Alface, beterraba e cenoura (F.T.SLD)	Cenoura, couve roxa e tomate (F.T.SLD)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta cozida (F.T.SOB.9+F.T.SOB.8)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Gelado (F.T.SOB.9+F.T.SOB.11)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)



SEMANA 5

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Creme de abóbora e feijão-verde (F.T.S.30)	Minestrone (F.T.S.1)	Feijão vermelho com couve lombarda (F.T.S.23)	Macedónia delegumes (F.T.S.2)	Creme de alho francês com couve-flor (F.T.S.31)
Prato	Salada de pescada com batata, cenouras, ervilhas, milho e ovo cozido ralado (F.T.P.13)	Arroz de aves (peru e frango) (F.T.C.8)	Salmão grelhado com batata e feijão-verde cozidos (F.T.P.6+ F.T.AC3+F.T.AC1)	Lombo de porco no forno com esparguete e salada tricolor (cenoura, cogumelos e ervilhas) (F.T.C.18+F.T.AC9 + F.T.AC 13)	Carapau frito com arroz de tomate (F.T.P.11+F.T.AC7)
Salada	Alface, pepino e tomate (F.T.SLD)	Alface, couve em juliana e milho F.T.SLD+F.T.AC10)	Alface, milho e tomate (F.T.SLD+F.T.AC 10)	Alface, beterraba e pepino (F.T.SLD)	Alface, pimento e tomate (F.T.SLD)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta assada (F.T.SOB9+F.T.SOB.7)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Aletria (F.T.SOB.9 +F.T.SOB.4)

SEMANA 6

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Couve branca (F.T.S.12)	Creme de ervilhas e cenoura (F.T.S.27)	Alho francês com curgete (F.T.S.16)	Creme de abóbora e espinafres com cenoura (F.T.S.30)	Agrião (F.T.S.20)
Prato	Frango assado com arroz de cenoura (F.T.C. 5+F.T.AC.6)	Bacalhau gratinado com batata assada e feijão-verde cozido (F.T.P.19+F.T.AC.2+ F.T.AC.10)	Febras de porco grelhadas com estufado de cogumelos e arroz de milho (F.T.C.6+F.T.AC.6)	Maruca no forno com molho de limão e ervas aromáticas e salada russa (batata, ervilhas e cenoura) (F.T.P.18+F.T.AC.5)	Rancho (porco e vaca) (F.T.C.2)
Salada	Alface, cenoura e curgete (F.T.SLD)	Cenoura, milho e tomate (F.T.SLD+F.T.AC10)	Alface, beterraba e pepino (F.T.SLD)	Alface, cenoura, e couve roxa (F.T.SLD)	Couve-de-bruxelas, milho e tomate (F.T.SLD+F.T.AC.10)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Arroz doce (F.T.SOB.9+F.T.SOB.3)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta cozida (F.T.SOB.9+F.T.SOB.8)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)



SEMANA 7

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Creme de couve-flor (F.T.S.28)	Creme de legumes (F.T.S.32)	Horta (F.T.S.9)	Feijão branco com couve lombarda (F.T.S.23)	Caldo verde (F.T.S.10)
Prato	Filetes de pescada fritos com arroz de feijão (F.T.P.1+F.T.AC.15)	Carne de vaca estufada com ervilhas e espirais (F.T.C.27+F.T.AC.9)	Tintureira no forno com batata corada (F.T.P.5+F.T.AC.5)	Strogonoff de frango com arroz (F.T.C.15+F.T.AC.6)	Badejo gratinado com batata assada com brócolos (F.T.P.2 + F.T.AC.2)
Salada	Couve roxa, pimento e tomate (F.T.SLD)	Alface, cenoura e milho (F.T.SLD+ F.T.AC.10)	Alface, Pepino e tomate (F.T.SLD)	Cenoura, couve roxa e tomate (F.T.SLD)	Alface, beterraba e milho (F.T.SLD+F.T.AC.10)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta assada (F.T.SOB.9+F.T.SOB.7)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Leite- creme (F.T.SOB.9+F.T.SOB.2)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)

SEMANA 8

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Creme de alho francês com curgete (F.T.S.31)	Legumes com ervilhas (F.T.S.25)	Creme de abóbora com feijão- verde (F.T.S.30)	Camponesa (F.T.S.5)	Primavera (F.T.S.3)
Prato	Almôndegas estufadas com esparguete e ervilhas (F.T.C.12 + F.T.AC.9 + F.T. AC.10)	Granadeiro assado com puré de batata (F.T.P.5 +F.T.AC.1)	Arroz de pato no forno à antiga (F.T.C.14)	Bacalhau com broa (F.T.P.9)	Costeletas de porco de cebolada com arroz de cenoura (F.T.C.21+F.T.AC)
Salada	Alface, cenoura e tomate (F.T.SLD)	Couve roxa, pimento e tomate (F.T.SLD)	Alface, beterraba e cenoura ralada (F.T.SLD)	Milho, pepino e tomate (F.T.SLD+F.T.AC.10)	Alface, couve roxa e tomate (F.T.SLD)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta cozida (F.T.SOB.9 +F.T.SOB.8)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Iogurte (F.T.SOB.9+F.T.SOB.5)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)



SEMANA 9

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Creme de nabo com espinafres e cenoura (F.T.S.15)	Feijão-verde (F.T.S.21)	Creme de legumes (F.T.S.32)	Sopa de Tomate (F.T.S.19)	Nabiças com Feijão-frade (F.T.S.18)
Prato	Atum com feijão-frade (atum, ovo e feijão-frade) (F.T.P.7)	Carne de vaca assada fatiada com arroz de ervilhas (F.T.C.24+F.T.AC.6)	Solha frita com macedónia de legumes e batata cozida (F.T.P.20 + F.T. AC 12+ F.T. AC3)	Bife de peru grelhado com molho de cogumelos com esparguete (F.T.C. 9+ F.T.AC.9)	Bacalhau à Gomes de Sá (F.T.P.16)
Salada	Beterraba, cenoura e tomate (F.T.SLD)	Cenoura, couve roxa e tomate (F.T.SLD)	Alface, cenoura e milho (F.T.SLD+ F.T.AC 10)	Alface, pepino e tomate (F.T.SLD)	Alface, milho e pimento (F.T.SLD+F.T.AC 10)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta assada (F.T.SOB9+(F.T.SOB.7)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Pudim (F.T.SOB9+F.T.SOB.6)

SEMANA 10

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Saloia (F.T.S.6)	Lavrador (F.T.S.7)	Creme de alho francês com cenoura e curgete (F.T.S.31)	Grão com feijão-verde (F.T.S.24)	Creme de ervilhas e cenoura (F.T.S.27)
Prato	Arroz de carnes mistas (vaca e porco) (F.T.C.19)	Massada de frutos do mar (pescada, camarão e berbigão) (F.T.P.21)	Perna de peru assada com arroz de legumes (milho e brócolos) (F.T.C.25+F.T.AC.7)	Pescada no forno com salada russa (batata, ervilhas, feijão verde e cenoura) (F.T.P.5+F.T.AC.5)	Febras de porco grelhadas com estufado de ervilhas e cenoura e massa fusili (F.T.C.6 +F.T.AC.11 +F.T.AC.9)
Salada	Alface, cenoura e milho (F.T.SLD+ F.T.AC 10)	Curgete, pepino e tomate (F.T.SLD)	Alface, cenoura e milho (F.T.SLD+F.T.AC 10)	Alface, couve roxa e tomate (F.T.SLD)	Beterraba, cenoura e tomate (F.T.SLD)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Gelatina de frutas (F.T.SOB.9+F.T.SOB.1)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/ Fruta cozida (F.T.SOB.9+F.T.SOB.8)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)



SEMANA 11

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Creme de alho-francês e couve lombarda (F.T.S.31)	Macedónia de legumes (F.T.S.2)	Feijão branco com couve lombarda (F.T.S.23)	Creme de legumes (F.T.S.32)	Grão com espinafres (F.T.S.24)
Prato	Meia desfeita de bacalhau (F.T.P.4)	Vitela assada fatiada com massa fusilli (F.T.C.24+F.T.AC.9)	Dourada gratinada com batata corada (F.T.P.2+F.T.AC.4)	Frango assado com arroz de cenoura (F.T.C.5+F.T.AC.6)	Massa de atum com legumes (cenoura, couve e ervilhas) (F.T.P.17+F.T.A C.9)
Salada	Milho, pimento e tomate (F.T.SLD+F.T.AC.10)	Alface, couve roxa e milho (F.T.SLD+F.T.AC.10)	Couve em juliana, pepino e tomate (F.T.SLD)	Alface, beterraba e cenoura (F.T.SLD)	Alface, milho e pimento (F.T.SLD+F.T.AC.10)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/ Arroz doce (F.T.SOB.9+ F.T.SOB.3)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta assada (F.T.SOB.9 +F.T.SOB.7)

SEMANA 12

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Alho francês com curgete (F.T.S.16)	Creme de legumes (F.T.S.32)	Juliana(F.T.S.4)	Creme de feijão-verde (F.T.S.33)	Portuguesa (F.T.S.9)
Prato	Salada de frango (massa, frango, ovo, cenoura e ervilhas) (F.T.C.20)	Salmão grelhado com batata a murro (F.T.P.6+ F.T. AC.16)	Bife de frango de tomatada com arroz de ervilhas (F.T.C.1+F.T.AC6)	Abrótea estufada com puré de batata (F.T.P.8 + F.T.AC 1)	Carnes mistas (vaca e porco) com grão-de-bico, couve lombarda e arroz de cenoura (F.T.C.16+F.T.AC.10 + F.T.AC.6)
Salada	Couve roxa, pepino e tomate (F.T.SLD)	Alface, beterraba e milho (F.T.SLD+F.T.AC.10)	Alface, cenoura e pimento (F.T.SLD)	Couve roxa, cenoura e tomate (F.T.SLD)	Alface, cenoura e couve em juliana (F.T.SLD)
Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta Cozida (F.T.SOB.9+F.T.SO B.8)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)	Fruta da época (min. 3 variedades)/Aletria (F.T.SOB.9+F.T.SO B.4)	Fruta da época (min. 3 variedades) (F.T.SOB.9)



ANEXO B- FICHAS TÉCNICAS

FICHA TÉCNICA CARNE (F.T.C.)	Ingredientes	Método culinário
F.T.C. 1 Bife de frango/porco de tomatada	Bife Cenoura Tomate Cebola Azeite Sal Alho	Lavar e cortar os bifes de frango/porco e temperar com sal e alho esmagado. Estufar a cenoura cortada às rodela, o tomate cortado aos pedaços e a cebola cortada às meias luas. Adicionar os bifes de frango/porco ao estufado e levar ao lume anterior ou dispô-los em tabuleiros, regar com o estufado e levar ao forno.
F.T.C. 2 Rancho (porco e vaca aos cubos, grão-de-bico, massa e couve lombarda)	Grão-de-bico Carne de vaca Carne de porco Couve lombarda Massa Cenoura Tomate Cebola Chouriço de carne Bacon Azeite Sal Sumo de limão Alho Louro	De véspera demolhar o grão-de-bico. Lavar e cortar as carnes e tempera com sumo de limão, louro e sal. No dia, preparar a cenoura aos cubos e a couve lombarda em gomos. Cozer o grão-de-bico em água e sal. Estufar as carnes, com a cenoura, a couve lombarda, azeite, sal, cebola picada, alho, louro e tomate. Num tacho à parte cozer a massa. Após cozedura do estufado acrescentar ao preparado o grão-de-bico e deixar apurar.
F.T.C. 3 Chili com arroz branco	Carne de vaca picada Cebola Azeite Tomate (pelado/triturado/ polpa/concentrado) Sal iodado Feijão Milho Arroz Alho	Demolhar o feijão de véspera. Cozer o feijão. Num tacho coloca-se o azeite, a cebola, o alho e o tomate. Adiciona-se a carne picada e deixa-se cozinhar. Adiciona-se o feijão e o milho e se necessário adicionar um pouco de água de cozedura do feijão.



F.T.C. 4 Perna de porco no forno/estufado com esparguete e salada tricolor	Perna de porco/lombo/pá de porco Azeite Sal iodado Alho Pimentão doce Estufado Perna de porco/lombo/pá/ Tomate (pelado/ triturado/polpa/ concentrado) Cebola Azeite Sal iodado Cenoura guarnição mista Ervilhas Cogumelos	ASSADO (FORNO) De véspera, e após descongelação da carne, temperar a carne com alho, sal, e pimentão doce. Nos tabuleiros, colocar um pouco de azeite no fundo e seguidamente a carne e levar ao forno. No final da cozedura, cortar às fatias e proceder ao aquecimento antes de servir. ESTUFADO Temperar previamente a carne, após descongelação. Picar a cebola, juntar o tomate e levar ao lume com a carne temperada com sal. Ir acrescentando água se necessário deixar estufar até a carne atingir a temperatura e consistência de cozedura. Deve servir-se fatiada.
F.T.C. 5 Coxas de frango/Frango assado	Coxas de Frango/Frango Sal Sumo de limão Alho Orégãos Alecrim Salsa	De véspera, lavar, preparar e temperar a carne com uma marinada de sumo de limão, alho picado, sal e ervas aromáticas e reservar em ambiente refrigerado. Posteriormente levar as coxas de frango/frango ao forno quente, disposto em tabuleiro e levar ao forno a assar.
F.T.C. 6 Febras de porco grelhadas com estufado de cenoura e cogumelos/ervilhas/feijão-verde	Febra de porco Cogumelos Ervilhas Feijão-verde Cenoura Tomate Cebola Azeite Sal Ervas aromáticas Alho	Preparar o alho, a cebola, a cenoura, o tomate e os cogumelos, ervilhas, feijão-verde e levar a estufar com azeite e ervas aromáticas. Temperar as febras de porco com sal e alho esmagado e levar a grelhar. Após cozedura adicionar o estufado por cima das febras.
F.T.C. 7 Febras de porco gratinadas com estufado de cenoura e cogumelos/ervilhas/ feijão-verde	Febras de porco Cogumelos/ Ervilhas/ Feijão-verde Cenoura Tomate Cebola Azeite Sal Ervas aromáticas Alho	Preparar o alho, a cebola, a cenoura, o tomate e os cogumelos, ervilhas, feijão-verde e levar a estufar com azeite e ervas aromáticas. Temperar as febras de porco com sal e alho esmagado. Num tabuleiro, dispor as febras de porco e regar com o estufado por cima e levar a gratinar.



F.T.C. 8 Arroz de aves (frango e peru)	Peru/Frango Arroz Cebola Azeite Sal Ervas aromáticas Louro Alho	Lavar o frango e o peru e cozer em água temperada com sal, alho, sumo de limão, louro e ervas aromáticas. Após cozedura, desfiar as carnes. Num outro tacho estufar o azeite, a cebola, o alho e o bacon até apurar. Adicionar a água de cozedura das aves no estufado e confeccionar o arroz. Após cozedura, colocar o arroz e a carne desfiada em camadas alternadamente e levar ao forno.
F.T.C. 9 Bife de frango/peru/Febras de porco estufados com molho de cogumelos	Bife de frango/peru/ Febras de porco/ Cogumelos Cebola Azeite Sal Sumo de limão Alho Ervas aromáticas	Lavar e picar a cebola e o alho e levar ao lume a estufar adicionando o azeite. Seguidamente acrescentar os cogumelos e deixar estufar. Temperar as febras/bifes com sal, sumo de limão, alho e ervas aromáticas e levar a grelhar. Ao servir, regar as febras/bifes com o molho de cogumelos.
F.T.C. 10 Bife de frango/peru/Febras de porco grelhado com molho de cogumelos	Bife de frango/peru/Febras de Porco Cogumelos Cebola Azeite Sal Sumo de limão Alho Ervas aromáticas	Lavar e picar a cebola e o alho e levar ao lume a estufar adicionando o azeite. Seguidamente acrescentar os cogumelos e deixar estufar. Temperar as febras/bifes com sal, sumo de limão, alho e ervas aromáticas. Dispor as febras/bifes num tabuleiro, regar com o molho de cogumelos e levar ao forno a gratinar.
F.T.C. 11 Frango estufado com cogumelos/ervilhas	Frango Ervilhas/Cogumelos Tomate Cebola Azeite Sal Salsa Sumo de limão Alho	De véspera limpar e cortar a carne em peças e temperar com sal, sumo de limão e alho. No dia, lavar e picar a cebola, o alho e a salsa e cortar o tomate em pedaços pequenos. Estufar os ingredientes referidos com ervilha/cogumelos e azeite. Adicionar a carne ao preparado, em lume médio até cozer.
F.T.C. 12 Almôndegas estufadas	Almôndegas Tomate Cebola Azeite Sal Salsa Orégãos	Lavar o tomate, a cebola e o alho. Num tacho colocar tomate cortado em pedaços, cebola picada, salsa, azeite, orégãos e sal e levar a estufar. Triturar tudo. Adicionar as almôndegas ao preparado anterior e levar ao lume ou dispô-las em tabuleiro regado com o estufado anterior e levar ao forno.



F.T.C. 13 Arroz à Valenciana	Lulas Arroz Carne de porco Carne de vaca Ervilhas Cebola Miolo de camarão Miolo de berbigão Pimento Vermelho Azeite Sal Alho Louro Açafrão	Lavar e picar a cebola e o alho. Lavar e cortar as lulas às rodelas e a carne aos cubos. Estufar as carnes e as lulas juntamente com as ervilhas, a cebola, o alho, o azeite e o louro. Temperar com sal e deixar a cozer. Posteriormente adicionar a água q.b., o arroz e os miolos de camarão e berbigão. Deixar cozer em lume brando e no final da cozedura adicionar o açafrão, verificar os temperos e decorar com tiras de pimento.
F.T.C. 14 Arroz de pato no forno à antiga	Pato sem pele Arroz Cenoura Cebola Chouriço Azeite Sal Alho Gema de ovo pasteurizada	Cozer o pato em água temperada com sal, alho, cebola, louro e sumo de limão. Lavar e picar cebola, alho e cenoura e num tacho à parte fazer um estufado adicionando azeite. Ao estufado adicionar o pato já cozido e desfiado, deixar estufar até alourar. Noutro tacho à parte, adicionar cebola, alho e azeite, um terço do chouriço e a água de cozedura do pato, para cozer o arroz. Num tabuleiro colocar uma camada de arroz, outra de pato e outra de arroz. Pincelar com gemas, decorar com o restante chouriço e levar ao forno.
F.T.C. 15 Stroganoff de frango/misto (vaca e porco)	Carne de vaca + Carne de porco ou Peito de frango Cogumelos Cebola Leite Sal Alho	Cortar as carnes em fatias pequenas. Lavar e picar o alho e a cebola, juntar a carne com a carne, regar com azeite e levar a lume brando. Antes do final da cozedura, adicionar os cogumelos e o leite até apurar.
F.T.C. 16 Carnes mistas estufadas (vaca e porco) com grão-de-bico	Grão-de-bico Carne de vaca Carne de porco Cenoura Tomate Cebola Azeite Sal Sumo de limão Alho Louro	De véspera demolhar o grão-de-bico. Cortar as carnes e temperar com sumo de limão, louro e sal. No dia, lavar e preparar a cenoura aos cubos, o tomate em pedaços pequenos e picar a cebola e o alho. Estufar as carnes, com a cenoura, azeite, cebola picada, alho, louro e tomate. Após cozedura do estufado acrescentar ao preparado o grão-de-bico previamente cozido e parte da água onde foi cozido o grão-de-bico.



F.T.C. 17 Feijoada à portuguesa	Couve lombarda Carne de vaca Carne de porco Feijão vermelho seco Tomate Cebola Chouriço de carne Azeite Sal Alho	Demolhar de véspera o feijão e preparar e temperar a carne de vaca aos cubos. No dia, cozer o feijão em água e sal separado das carnes. Cozer a vapor (caso as condições o permitam) a couve lombarda. Fazer um estufado com o azeite, a cebola, o alho e o tomate picados previamente. Adicionar a carne de vaca e porco cortados aos cubos e a cenoura em pedaços pequenos e parte da água de cozer o feijão. Deixar cozer, mexendo de vez em quando. Verificar se necessita de mais água. Num outro tacho cozer o chouriço de carne também em água. Após a carne estar cozida adicionar a couve escorrida, o chouriço de carne cortado em rodelas e o feijão cozido. Envolver tudo e deixar apurar.
F.T.C. 18 Lombo/Pá de porco Assada	Lombo/Pá de porco Cebola Azeite Sal Alho Sumo de limão Noz-moscada Cominhos Salsa	De véspera, temperar a carne com alho, sal, sumo de limão e as ervas aromáticas indicadas. Lavar as cebolas e o alho. Descascar as cebolas e cortá-las em rodelas e picar o alho. Nos tabuleiros, colocar um pouco de azeite no fundo e seguidamente a cebola e o alho e depois a carne e levar ao forno. No final da cozedura, cortar às fatias.
F.T.C. 19 Arroz de carnes mistas (vaca e porco)	Vaca Porco Arroz Cenoura Cebola Azeite Sal Salsa Alho	Cortar as carnes e temperar com sumo de limão, louro e sal. No dia, lavar e preparar a cenoura aos cubos e picar a cebola e o alho. Estufar as carnes, com a cenoura, azeite, cebola picada, alho, e louro. Após cozedura adicionar água e deixar levantar fervura para juntar o arroz. Após cozedura, polvilhar com salsa.
F.T.C. 20 Salada de frango (massa, frango, ovo, cenoura e ervilhas)	Peito de frango Massa fusilli Ovo em natureza ou pasteurizado Ervilhas Cenoura Milho Azeite Maionese Sal Vinagre	Cozer o frango em água, sal e cebola e desfia-lo após a cozedura. Cozer os vegetais cortando a cenoura previamente (em água ou a vapor) e a massa fusili separadamente. De seguida, dispor no tabuleiro em camadas a massa fusili, os legumes, o frango e o ovo cozido e picado alternadamente. Após servido, pode ser temperado com azeite e vinagre ou maionese.



F.T.C. 21 Costeletas/Febras de porco de cebolada	Costeletas/Febras de porco Cogumelos Tomate Cebola Azeite Sal Sumo de limão Orégãos Salsa Alho	De véspera preparar e temperar as febras com sal, alho, orégãos, salsa e sumo de limão. Dispor a cebola e o tomate às rodelas e a carne num tabuleiro, regar com azeite e levar ao forno convetor ou colocar tudo num tacho e levar ao lume até cozer.
F.T.C. 22 Jardineira de Frango	Frango Batata Ervilhas Feijão-verde Cenoura Tomate Cebola Azeite Sal Sumo de limão Alho	Picar a cebola e o alho. Lavar, cortar o frango aos bocados e temperar com sal, sumo de limão e alho. Lavar e cortar aos cubos as batatas. Estufar a cebola, o alho, o azeite, o frango e o tomate. Quando o frango estiver tenro, adicionar água e quando esta estiver a ferver, adicionar as batatas e mais tarde os legumes previamente cozidos, de preferência, a vapor.
F.T.C. 23 Carne de vaca/Vitela estufada aos cubos	Carne de vaca/Vitela Tomate Cebola Azeite Sal	Picar a cebola, o alho e o tomate e levar ao lume com a carne previamente temperada com sal e orégãos. Ir acrescentando água se necessário deixar estufar até a carne atingir a temperatura e consistência de confecionado.
F.T.C. 24 Carne de vaca/Vitela assada fatiada	Carne de vaca/Vitela Azeite Sal Sumo de limão Alho Orégãos Salsa Manjeriço	De véspera, fazer uma marinada com sumo de limão, alho picado, sal, manjeriço, salsa, orégãos e um pouco de azeite e envolver na carne deixando esta em ambiente refrigerado até ao momento da confeção. Colocar a carne num tabuleiro untado com azeite e levar ao forno. Depois de atingir a temperatura de confeção, cortar a carne às fatias e servir.
F.T.C. 25 Pernas de Peru/Peru assado(a)	Pernas de Peru/Peru Sal Sumo de limão Alho Ervas aromáticas	De véspera, lavar a carne e cortar e seguidamente fazer uma marinada de sumo de limão, alho picado, sal e ervas aromáticas e colocar a carne a marinar em ambiente refrigerado. Posteriormente levar a carne a forno quente, em tabuleiro, com a pele virada para cima. Envolver a carne com o caldo que se vai formando, até ficar assado.



F.T.C. 26 Hambúrguer estufado	Hambúrguer Tomate Cebola Azeite Sal Ervas aromáticas Alho	Método de confeção: Lavar e picar a cebola, o tomate e o alho. Estufar a cebola, o alho, o tomate e triturar tudo. Adicionar ervas aromáticas e apurar. Dispor os hambúrgueres em tabuleiro, regar com o estufado e levar ao forno.
F.T.C. 27 Carne de vaca estufada com ervilhas	Carne de vaca Ervilhas Tomate Cebola Azeite Sal Alho Orégãos	Picar a cebola e o alho. Cortar a carne aos cubos e temperar com sal e orégãos. Colocar no tacho a cebola, o tomate, o azeite, o alho, a carne e levar ao lume até estufar. À parte cozer as ervilhas. Depois de cozidas acrescentar ao estufado e deixar apurar.



FICHA TÉCNICA PEIXE (F.T.P.)	Ingredientes	Método culinário
F.T.P.1 Filetes/Barritas de pescada panados no forno	Filetes/Barritas de pescada panados	Colocar os (as) filetes/barritas de pescada panados num tabuleiro e levar ao forno para serem confeccionados.
F.T.P.2 Dourada/Filetes de Pescada/Abrótea/Badejo/Cardeal/Cardinal/Maruca/Palmeta/Pargo/Peixe Prata/Peixe Rainha/Salmão gratinado(a)	Dourada/Filetes de pescada/restantes peixes Cenoura Cebola Azeite Sal Salsa Sumo de limão Orégãos Louro Manjerição Alho Pão ralado	De véspera, limpar, preparar e temperar o peixe com as ervas aromáticas, o sumo de limão, o alho e o sal. No dia, dispor no tabuleiro o azeite, a cebola, o peixe e polvilhar com pão ralado, cenoura ralada e levar ao forno, deixando gratinar.
F.T.P.3 Lombos de pescada/Abrótea/Perca/Pescada/Solha gratinada (os)	Lombos de pescada/restantes peixes Azeite Sal Leite de vaca UHT meio gordo Sumo de limão Orégãos Salsa Alho	Limpar, preparar e temperar o peixe com sal, sumo de limão, alho e as ervas aromáticas. Num tacho adicionar azeite e o leite, deixando-o cair em fio e mexendo sempre para não deixar engrossar. Posteriormente colocar o peixe num tabuleiro, regar com o preparado de leite e levar ao forno a gratinar.
F.T.P.4 Meia desfeita de bacalhau	Bacalhau Grão-de-bico Cebola Azeite Ovo Salsa Vinagre Alho	De véspera, demolhar o grão-de-bico. No dia cozer o grão-de-bico, o bacalhau e o ovo em separado. Assim que estiverem cozidos, retirar e limpar o bacalhau de peles e espinhas; descascar o ovo e cortar em rodelas. Adicionar o bacalhau e o ovo ao grão-de-bico. Picar os dentes de alho, a cebola e a salsa. Colocar os temperos (mistura de salsa, alho, cebola, vinagre e azeite) à parte.
F.T.P.5 Lombos de pescada/Abrótea/Tintureira/Granadeiro/Badejo/Cardeal/Cardinal/Cherne/Corvina/Granadeiro/Mero/Palmeta/Pampo/Pargo/Peixe Prata/Peixe Rainha/Perca/Pescada/Solha no forno assado(os)	Lombos de pescada/Restantes peixes Tomate Cebola Azeite Sal Alho Sumo de limão Salsa Orégãos Louro Tomilho	Lavar, preparar e temperar o peixe com sal, alho, sumo de limão e ervas aromáticas, de preferência de véspera. Colocar o peixe num tabuleiro previamente untado com um pouco de azeite e cebola às rodelas. Por cima do peixe regar com o tomate aos cubos sem sementes e levar ao forno.



F.T.P.6 Dourada/Badejo/ Cardeal/Cardinal/Palmeta/Pargo/ Perca/Salmão/Solha/grelhado(a)	Dourada/Restantes peixes Sal Salsa Sumo de limão Alho	Após limpar e preparar o peixe, temperar com sal, salsa, sumo de limão e alho picado. Grelhar em grelhador ou nas grelhas do forno convetor.
F.T.P.7 Atum com feijão- frade (atum, ovo e feijão-frade)	Atum em conserva Feijão-frade Cebola Azeite Ovo Sal Salsa Vinagre	De véspera, demolhar o feijão-frade. No dia cozer o feijão-frade e o ovo em água e sal e separados. Após cozido, colocar o feijão-frade num tabuleiro, descascar o ovo, picar e juntar, assim como o atum já escorrido e a salsa. Envolver o preparado e adicionar azeite e vinagre. Colocar a cebola picada à disposição.
F.T.P.8 Lombos de Pescada/Lulas/Abrótea/ Arinca/Badejo/ Cardinal/Cherne/Maruca/ Mero/Palmeta/Peixe Prata/Peixe Rainha/Perca/Pescada/Solha estufada(os)	Lombos de pescada/Lulas/ Restantes peixes Tomate Cebola Azeite Sal Louro Alecrim Orégãos Salsa Alho	Após limpar e preparar o peixe, temperar com sal. Estufar a cebola, o alho, as ervas aromáticas, o tomate cortado aos pedaços e o azeite. Colocar o peixe em tabuleiro, regar com o preparado anterior e levar ao forno convetor OU colocar todos os ingredientes num tacho e levar ao lume.
F.T.P.9 Bacalhau com broa	Batata Bacalhau Couve-galega Cebola Azeite Ovo Broa de milho Alho Louro	Cozer o bacalhau, desfiar e retirar as espinhas e a pele. Triturar a broa e cortar a couve-galega às tiras grossas. Cozer a couve em água e sal. Estufar a cebola, o azeite, o alho picado e a folha de louro. Juntar o bacalhau e misturar com as tiras de couve. Descascar as batatas, cortar em rodelas finas e cozer de preferência a vapor. Dispor num tabuleiro as batatas, o preparado de bacalhau, envolvido com ovo, previamente batido, e por cima polvilhar com a broa de milho. Regar com azeite e levar ao forno.
F.T.P.10 Empadão de atum com arroz, ervilhas e cenoura	Atum Ervilhas Cenoura Tomate Cebola Azeite Ovo pasteurizado Sal Louro Orégãos	Estufar o atum, previamente escorrido, com tomate, cebola, louro, orégãos, ervilhas e cenoura (previamente cozidas) e azeite. Triturar 90% do ovo. Num tabuleiro dispor alternadamente camadas de arroz branco (feito de acordo com as indicações referidas nas fichas técnicas dos acompanhamentos), atum e ovo. Na última camada de arroz pincelar com o restante ovo batido (10%) e levar ao forno.



F.T.P.11 Carapau frito	Carapau Óleo de amendoim ou girassol Sal Alho Sumo de limão Farinha de trigo (1ª qualidade)	Lavar e preparar os carapaus. Temperar com alho, sal e sumo de limão. Passar pela farinha. Aquecer o óleo de amendoim e fritar o peixe até ficar alourado de ambos os lados. Colocar a escorrer em papel absorvente.
F.T.P.12 Arroz de frutos do mar (pescada, camarão e berbigão)	Filetes de pescada Arroz Tomate Miolo de camarão Cebola Miolo de berbigão Azeite Sal Salsa Alho	Descascar a cebola, o tomate, os alhos e picar. Estufar o azeite, a cebola, os alhos, o tomate. Após estarem estufados adicionar o miolo de camarão, o miolo de berbigão e água q.b. Posteriormente juntar o arroz. Minutos antes do final da cozedura do arroz adicionar a pescada, previamente cozida e desfiada e envolver. No final, polvilhar com salsa.
F.T.P.13 Salada de pescada com batata, cenouras, ervilhas, milho e ovo cozido ralado	Pescada Cenoura Milho Azeite Sal iodado Ovo cozido pasteurizado ralado/picado Batata Ervilha	Após lavar e preparar o peixe, cozer em água (ou a vapor) com sal. Após a cozedura, desfiar o peixe em lascas. Cozer os legumes e as batatas separadamente (em água ou a vapor) e escorrer. De seguida, colocar os legumes e a batata num tabuleiro e dispor a pescada, o camarão e o ovo cozido e picado por cima dos mesmos. Envolver tudo muito bem sem desfazer muito. Após servido, pode ser temperado com azeite e vinagre ou maionese.
F.T.P.14 Arroz de lulas	Lulas Arroz Tomate Cebola Azeite Sal Salsa Sumo de limão Alho Louro	Lavar e preparar as lulas às rodelas. Temperar com sumo de limão e sal. Fazer um estufado com azeite, cebola, louro, alho e o tomate, previamente partido aos cubos. Acrescentar água e um pouco de sale deixar levantar fervura. Acrescentar as lulas e deixar cozinhar. Por fim, juntar o arroz, deixar ao lume até cozer. Polvilhar com salsa picada.
F.T.P.15 Bacalhau à Brás	Batata Bacalhau Ovo pasteurizado Cebola Azeitonas pretas Óleo de amendoim/girassol Azeite Sal Salsa Alho	Cozer o bacalhau, retirar a pele e as espinhas do mesmo e desfiar. Cortar as batatas em palha e as cebolas em rodelas finíssimas. Picar o alho. Fritar as batatas em óleo bem quente só até alourarem ligeiramente (devem ser escorridas sobre papel absorvente). Levar ao lume o azeite, a cebola e o alho e deixar estufar lentamente até cozer a cebola. Adicionar, o bacalhau desfiado, envolvendo com o preparado. Seguidamente, adicionar as batatas ao bacalhau e, posteriormente, os ovos. Logo que os ovos estejam cozidos retirar imediatamente o tacho do lume. Polvilhar com salsa picada e acompanhar com azeitonas pretas.



F.T.P.16 Bacalhau à Gomes de Sá	Batatas Bacalhau Ovo pasteurizado Cebola Azeitonas pretas Azeite Sal Salsa Alho Louro	Cozer o bacalhau, retirar a pele e as espinhas e desfiar em lascas. Cortar as cebolas e os alhos às rodelas; alourar ligeiramente com um pouco de azeite. Adicionar as batatas, que foram cozidas, cortadas às rodelas. Juntar o bacalhau escorrido. Mexer tudo ligeiramente. Colocar o preparado num tabuleiro. Levar a forno bem quente e regar com azeite. Servir com rodelas de ovo cozido e azeitonas pretas.
F.T.P.17 (Massa de) Atum com legumes (cenoura, couve e ervilhas)	Atum em conserva Couve lombarda Ervilhas Cenoura Tomate Cebola Azeite Sal Alho Orégãos	Descascar a cebola, o alho e picar e deitar num tacho com um fio de azeite, juntamente com o tomate partido em pequenos pedaços e os orégãos e estufar em lume brando. Entretanto cozer também a couve, a cenoura e as ervilhas e escorrer para libertar o excesso de água. Seguidamente escorrer o atum e misturar com o estufado. Acrescentar os legumes cozidos já partidos aos pedaços e envolver bem.
F.T.P.18 Filetes de pescada/Badejo/Cherne/Maruca/Solha no forno com molho de limão e ervas aromáticas	Filetes de pescada/ Restantes peixes Azeite Sal Salsa Sumo de limão Coentros Alho Cominhos	Após limpar e preparar o peixe, temperá-lo com sal, salsa, alho picado, sumo de limão e as ervas aromáticas indicadas. Descascar as cebolas e cortá-las em rodelas. Nos tabuleiros, colocar um pouco de azeite no fundo e seguidamente a cebola e as postas de peixe sobre a mesma e levar ao forno.
F.T.P.19 Bacalhau gratinado	Bacalhau Azeite Leite Alho	De véspera, demolhar o bacalhau em leite. No dia, levar ao forno com alho picado e azeite.
F.T.P.20 Pescada/solha frita	Posta de pescada Óleo de amendoim ou girassol Sal Alho Sumo de limão Farinha de trigo (1ª qualidade)	Após limpar e preparar o peixe, temperá-lo com alho, sal e sumo de limão. Passar pela farinha. Aquecer o óleo de amendoim e fritar o peixe até ficar alourado de ambos os lados. Colocar a escorrer em papel absorvente.



F.T.P.21 Massada de frutos do mar (pescada, camarão e berbigão)	Filetes de pescada Macarronete Tomate Miolo de camarão Cebola Miolo de berbigão Azeite Sal Salsa Alho	Descascar a cebola, o tomate, os alhos e picar. Estufar o azeite, a cebola, os alhos, o tomate. Após estarem estufados adicionar o miolo de camarão, o miolo de berbigão e água q.b. Posteriormente juntar a massa. Minutos antes do final da cozedura da massa adicionar a pescada, previamente cozida e desfiada e envolver. No final, polvilhar com salsa.
--	--	---



FICHA TÉCNICA.SOPAS (F.T.S.)	Ingredientes	Método culinário
F.T.S.1 Minestrone	Feijão-verde Batata Abóbora Cenoura Cebola Azeite Sal Alho	Lavar, descascar e cortar as batatas, a cenoura, a cebola e o alho. Cozer todo o preparado, exceto metade das cenouras, em água. Depois de cozido, acrescentar o feijão-verde, a abóbora e a restante cenoura cortada aos cubos e previamente lavada. Retificar o tempero e no final dacozedura, juntar o azeite.
F.T.S.2 Macedónia de legumes	Batatas Feijão-verde Ervilhas Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Lavar, descascar e cortar as batatas, as cebolas, o nabo e o alho e cozer. Depois de cozido triturar e adicionar o feijão-verde e a cenoura previamente cortados em porções pequenas e a ervilha. Deixar cozer, retificar o tempero e no final adicionar o azeite.
F.T.S.3 Primavera	Abóbora Repolho Ervilhas Batata Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Lavar e descascar as cenouras, as batatas, a abóbora, o nabo e as cebolas. Preparar a cenoura aos quadrinhos. Numa panela colocar a água com as batatas, nabo e a cebola. Deixar cozer. Triturar a base da sopa. Juntar a cenoura, o repolho e as ervilhas e deixar cozer. No final da cozedura, retificar o tempero e adicionar o azeite.
F.T.S.4 Juliana	Batata Repolho Ervilhas Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Lavar, descascar e cortar metade das cenouras, as batatas, as cebolas, o alho e o nabo. Colocar tudo numa panela e deixar cozer. Depois de cozido reduzir tudo a puré e adicionar a cenoura (cortada aos cubos), o repolho (em juliana) e as ervilhas e deixar cozer. Retificar o tempero e no final adicionar o azeite.



F.T.S.5 Camponesa	Batata Couve lombarda Feijão Vermelho seco Cebola Azeite Sal Alho	De véspera, demolhar o feijão. No dia, lavar, descascar e cortar as batatas, as cebolas e o alho e preparar a couve-lombarda cortada em juliana. Cozer as batatas, as cebolas e o alho em água. Seguidamente triturar tudo com algum feijão, previamente cozido, e adicionar a água de cozer o feijão. Acrescentar a couve-lombarda e deixar cozer. Adicionar o restante feijão, retificar o tempero e juntar o azeite no final da cozedura.
F.T.S.6 Saloia	Batata Feijão Vermelho Couve lombarda Cenoura Cebola Azeite Sal Alho	Demolhar o feijão de véspera. Lavar, descascar e cortar as batatas, as cebolas, os alhos e metade das cenouras e cozer em água. Depois de cozidos, adicionar metade do feijão (previamente cozido) e a água de o cozer e triturar o preparado. Juntar a couve lombarda (cortada em juliana) e o resto das cenouras (cortada aos cubos) até cozer. Antes do final da cozedura, adicionar o resto do feijão e se necessário alguma água de o cozer. Retificar o tempero. Após cozedura adicionar o azeite.
F.T.S.7 Lavrador	Batata Couve portuguesa Feijão vermelho Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Demolhar o feijão de véspera. No dia, lavar descascar e cortar os ingredientes e cozer em água, exceto o feijão (cozido previamente) e a couve (previamente lavada e cortada às tiras). Após cozer, triturar o preparado e adicionar o feijão e a couve. Retificar o tempero). No fim da cozedura, acrescentar o azeite.
F.T.S.8 Portuguesa	Batata Couve-portuguesa Feijão Cenoura Cebola Azeite Sal Alho Batata Couve-portuguesa Feijão	Demolhar o feijão de véspera. Lavar, descascar e cortar os ingredientes e cozer em água, exceto a couve portuguesa e metade do feijão (previamente cozido). Após cozer, triturar o preparado e adicionar a couve portuguesa (cortada em juliana) e o restante feijão. No fim da cozedura, acrescentar o azeite.



F.T.S.9 Horta	Batata Couve lombarda Feijão branco Curgete Cenoura Cebola Azeite Sal Alho	Demolhar o feijão de véspera. No dia, lavar, descascar e cortar as batatas, metade das cenouras e as cebolas e levar a cozer em água. Adicionar cerca de metade do feijão (previamente cozido) ao preparado anterior. Triturar o preparado e juntar a couve lombarda (previamente cortada e lavada) e o resto das cenouras até cozer. Antes do final da cozedura, adicionar o restante feijão e deixar apurar. No final retificar o tempero e acrescentar o azeite.
F.T.S.10 Caldo-verde	Batata Caldo verde Cebola Chouriço Azeite Sal Alho Batata	Lavar e descascar a batata, o alho, e a cebola. Cozer em água. Depois de cozido, triturar os legumes. Juntar o caldo-verde e deixar cozer. No final da cozedura adicionar o azeite e retificar o tempero. Servir com chouriço previamente cozido.
F.T.S.11 Abóbora com massinhas	Abóbora Cenoura Curgete Alho francês Massa cotovelos Cebola Azeite Sal	Lavar, descascar e cortar a abóbora, o alho francês, as cenouras, as curgetes e as cebolas e cozer em água. Depois de cozidos, triturar tudo. Acrescentar a massa e deixar cozer. Retificar o tempero e adicionar o azeite no final da cozedura.
F.T.S.12 Couve branca/Couve lombarda	Abóbora Batata Cenoura Cebola Azeite Sal Alho	Lavar, descascar e cortar os ingredientes e levar a cozer a batata, a cebola, o alho, a cenoura e a abóbora. Após cozedura, triturar o preparado e adicionar a couve cortada em juliana e deixar cozer. Antes do final da cozedura retificar o tempero e no final adicionar o azeite.
F.T.S.13 Couve-flor com cenoura	Abóbora Couve-flor Cenoura Curgete Cebola Azeite Sal Alho	Descascar, lavar e cortar em pedaços a abóbora, a curgete, a cenoura, a cebola, o alho e cortar em pedaços. Cozer tudo em água. Após cozido, reduzir a puré. Posteriormente colocar a couve-flor, previamente lavada, aos pedaços e deixar cozer. Retificar o tempero e juntar o azeite no final da cozedura.
F.T.S.14 Couve branca com cenoura ripada	Abóbora Couve branca Cenoura Curgete Cebola Azeite Sal Alho	Lavar, descascar e cortar os ingredientes e levar a cozer a batata, a cebola, o alho, metade da cenoura, a abóbora e a curgete. Após cozedura, triturar o preparado e adicionar a couve cortada em juliana e a restante cenoura raspada e deixar cozer. Antes do final da cozedura retificar o tempero e no final adicionar o azeite.



F.T.S.15 Nabo com espinafres/cenoura e couve lombarda	Batata Espinafres Cenoura Couve lombarda Nabo Cebola Azeite Sal Alho	Lavar, descascar e cortar os ingredientes e levar a cozer a batata, a cebola, o alho, o nabo, metade das cenouras (quando se aplica) e a couve lombarda. Após cozedura, triturar o preparado e adicionar os espinafres em juliana ou a restante cenoura raspada. Antes do final da cozedura retificar o tempero e no final adicionar o azeite.
F.T.S.16 Alho francês com curgete	Abóbora Alho francês Curgete Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Descascar, lavar e cortar o alho francês, a cenoura, a abóbora, a curgete, o nabo, o alho e a cebola e cortar tudo em pedaços. Adicionar todos os ingredientes, exceto a curgete e levar a cozer. Após cozido, reduzir a puré, acrescentar a curgete e deixar cozer. Retificar o tempero e adicionar o azeite no final da cozedura.
F.T.S.17 Alho francês	Abóbora Alho francês Cenoura Curgete Cebola Nabo Azeite Sal	Lavar, descascar e cortar a abóbora, a curgete, a cenoura, o nabo, o alho francês e as cebolas. Levar a cozer tudo exceto metade do alho francês. Depois de cozido, triturar tudo e adicionar o restante alho francês, previamente cortado às rodelas. Antes do final da cozedura retificar o tempero e no final adicionar o azeite.
F.T.S.18 Nabiças com feijão-frade	Nabiças Batata Feijão-frade Cenoura Cebola Azeite Sal Alho	De véspera demolhar o feijão-frade. Descascar e lavar as batatas, as cenouras, os alhos e as cebolas e levar a cozer em água a ferver. Depois de tudo cozido, triturar a sopa e algum feijão-frade (previamente cozido). Adicionar as nabiças previamente lavadas e preparadas. Deixar cozer e juntar o restante feijão-frade já cozido. Por fim, juntar o sal e o azeite.
F.T.S.19 Sopa de Tomate	Tomate Abóbora Batata Ervilhas Cenoura Curgete Cebola Azeite Sal	Limpar o tomate de pele e sementes. Lavar, descascar e cortar os ingredientes e cozer em água. Após cozer, triturar o preparado, retificar o tempero e adicionar o azeite.



F.T.S.20 Agrião	Batata Agrião Cenoura Cebola Azeite Sal Alho	Descascar, lavar e cortar as batatas, as cenouras, as cebolas e os alhos e cozer em água a ferver. Posteriormente triturar a sopa e adicionar o agrião previamente cortado e lavado. Deixar o agrião cozer. Retificar o sal e juntar o azeite no final da cozedura.
F.T.S.21 Feijão-verde	Batata Couve branca Feijão-verde Cenoura Cebola Azeite Alho Sal	Lavar, descascar e cortar as batatas, a couve branca, a cenoura, a cebola, o alho e cozer em água. Preparar o feijão-verde às tirinhas. Depois de cozido, triturar os legumes. Acrescentar o feijão-verde, deixar cozer e retificar os temperos. No final da cozedura, juntar o azeite.
F.T.S.22 Espinafres com cenoura	Batata Cenoura Espinafres Cebola Azeite Alho Sal	Lavar, descascar, cortar os ingredientes e cozer em água, exceto a cenoura e os espinafres. Após cozer, triturar o preparado e adicionar a cenoura, previamente cortada aos cubos, e os espinafres. No fim da cozedura, retificar o tempero e acrescentar o azeite.
F.T.S.23 Grão-de-bico/feijão (branco ou vermelho) com couve-lombarda/espinafres	Batata Couve-lombarda/ espinafres Grão-de-bico/ feijão -branco Cenoura Cebola Azeite Alho Sal	De véspera, demolhar o grão/feijão. No dia, lavar, descascar e cortar os ingredientes e levar a cozer a batata, a cebola, o alho e a cenoura. À parte cozer o feijão/grão. Após cozedura, triturar os legumes e metade do feijão/grão anteriormente cozidos. Adicionar a couve cortada em juliana ou os espinafres e deixar cozer. Antes do final adicionar o restante feijão/grão retificar o tempero e no final adicionar o azeite.
F.T.S.24 Grão-de-bico com couve-lombarda/espinafres/ feijão-verde/nabiças	Batata Couve-Lombarda/ espinafres/ feijão-verde/ nabiças Grão-de-bico Cenoura Cebola Azeite Sal	De véspera demolhar o grão. No dia, descascar, lavar e cortar em pedaços a batata, a cenoura, a cebola e o alho. Levar os ingredientes a cozer. Após cozedura, triturar os legumes e metade do feijão/grão anteriormente cozidos. Adicionar a couve-lombarda/espinafres/feijão-verde/nabiças em pedaços e deixar cozer. Antes do final adicionar o restante feijão/grão retificar o tempero e no final adicionar o azeite.



F.T.S.25 Legumes com ervilhas	Batata Ervilhas Alho francês Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Lavar, descascar e cortar a cenoura e as cebolas. Levar a cozer tudo exceto a ervilha. Depois de cozido, triturar tudo e adicionar as ervilhas. Deixar cozer. Antes do final da cozedura retificar o tempero e no final adicionar o azeite.
F.T.S.26 Feijão vermelho com hortaliça (couve lombarda e couve branca)	Batata Couve branca Feijão vermelho seco Couve lombarda Azeite Sal Alho	De véspera, demolhar o feijão. No dia, lavar, descascar e cortar todos os ingredientes e cozer, exceto metade do feijão, a couve branca e a couve lombarda. Após cozer, triturar o preparado e acrescentar os restantes vegetais. No fim da cozedura, retificar o tempero e adicionar o azeite.
F.T.S.27 Creme de ervilhas e cenoura	Batata Ervilhas Cenoura Alho francês Curgete Cebola Azeite Sal	Lavar, descascar e cortar os ingredientes e cozer em água, exceto metade das ervilhas. Após cozedura, triturar o preparado e adicionar a restante metade de ervilhas. No fim da cozedura, acrescentar o azeite e retificar o tempero.
F.T.S.28 Creme de couve-flor	Batata Couve-flor Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Descascar, lavar e cortar em pedaços a batata, a abóbora, a cenoura, a couve-flor, a cebola, o nabo e o alho. Colocar os ingredientes numa panela com água e deixar cozer. Após cozido, reduzir a puré, retificar o sal e deixar ferver mais um pouco. Juntar o azeite no final.
F.T.S.29 Creme de cenoura com couve branca	Batata Couve branca Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Descascar, lavar e cortar em pedaços a batata, a abóbora, a cenoura, a couve branca, a cebola, o nabo e o alho. Colocar os ingredientes numa panela com água e deixar cozer. Após cozido, reduzir a puré, retificar o sal e deixar ferver mais um pouco. Juntar o azeite no final.



F.T.S.30 Creme de abóbora com couve-flor/ espinafres/feijão-verde	Abóbora Alho francês Curgete/ couve- flor/ couve lombarda Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Descascar, lavar e cortar a abóbora, os nabos, a curgete, as cenouras, as cebolas e os alhos e cozer em água. Posteriormente triturar os legumes e adicionar a couve-flor/espinafres/feijão-verde em juliana. No fim retificar os temperos e juntar o azeite no final da cozedura.
F.T.S.31 Creme de alho francês com cenoura e curgete/couve-flor/ couve lombarda	Abóbora Alho francês Curgete/couve-flor/ couve lombarda Cenoura Cebola Nabo Azeite Sal Alho	Lavar e descascar o alho francês, a cenoura, a abóbora, a curgete/couve-flor/couve lombarda, o nabo, o alho e a cebola e cortar tudo em pedaços. Adicionar todos os ingredientes numa panela com água e levar a cozer. Após cozido, reduzir a puré. Retificar temperos e adicionar o azeite.
F.T.S.32 Creme de Legumes	Espinafres Alho francês Abóbora Batata Cenoura Cebola Azeite Sal Alho	Lavar, descascar e cortar as batatas, o feijão-verde a couve branca, a cenoura, a cebola e o alho e cozer em água. Preparar o feijão-verde às tirinhas. Depois de cozido, triturar todo o preparado. Retificar a temperatura e no final da cozedura, juntar o azeite.
F.T.S.33 Creme de feijão- verde	Batata Couve branca Feijão-verde Cebola Cenoura Azeite Sal Alho	Lavar, descascar e cortar as batatas, o feijão-verde a couve branca, a cenoura, a cebola e o alho e cozer em água. Preparar o feijão-verde às tirinhas. Depois de cozido, triturar todo o preparado. Retificar a temperatura e no final da cozedura, juntar o azeite.
F.T.S.34 Nabo com espinafres e ervilhas/feijão	Batata Feijão Espinafres Ervilhas Nabo Cebola Azeite Sal, Alho	De véspera, demolhar o feijão. Lavar, descascar e cortar os ingredientes e levar a cozer a batata, a cebola, o alho, o nabo, e o feijão ou as ervilhas. Após cozedura, triturar o preparado e adicionar os espinafres em juliana. Antes do final da cozedura retificar o tempero e no final adicionar o azeite.



F.T.S.35 Creme de ervilhas com couve-flor	Batata Ervilhas Couve-flor Alho francês Curgete Cebola Azeite Sal	Lavar, descascar e cortar os ingredientes e cozer em água, exceto metade das ervilhas. Após cozedura, triturar o preparado e adicionar a restante metade de ervilhas. No fim da cozedura, acrescentar o azeite e retificar o tempero.
--	--	---



FICHA TÉCNICA ACOMPANHAMENTOS (F.T.AC.)	Ingredientes	Método culinário
F.T.AC.1 Puré de batata	Batata Leite de vaca UH Tmeio gordo Sal Noz-moscada	Descascar as batatas e cozer em água e sal. Após cozedura passar as batatas pelo passe-vite ou desfazê-las com as varas da varinha. Colocar a batata triturada num tacho ao lume e juntar o leite quente. Adicionar a noz-moscada, mexer sempre até obter uma consistência mole.
F.T.AC.2 Batata assada	Batata Azeite Sal Salsa Orégãos	Descascar e cortar as batatas em quartos ou aos cubos. Colocar as batatas num tabuleiro e adicionar o sal, a salsa, os orégãos e por fim o azeite. Levar ao forno até cozer ao ponto de ficarem coradas.
F.T.AC.3 Batata cozida	Batata Sal	Descascar e cortar as batatas ao meio ou aos cubos e cozer em água e sal ou em tabuleiros perfurados no forno convetor (s/ adição de sal).
F.T.AC.4 Batata corada	Batata Azeite Sal Orégãos Manjerição	Descascar e cortar as batatas aos cubos e cozer em água e sal ou em tabuleiro perfurado a vapor. Num tabuleiro liso dispor as batatas e regar com um fio de azeite e polvilhar com manjerição e orégãos. Levar ao forno e deixar corar.
F.T.AC.5 Salada Russa (batata, cenoura, ervilhas e feijão-verde)/Salada Camponesa (batata, cenoura, ervilhas e milho)	Batata Ervilhas Cenoura Feijão-verde Milho Sal	Descascar e cortar as batatas aos cubos e cozer em água e sal ou em tabuleiro perfurado a vapor. Cozer também as cenouras, o feijão-verde e as ervilhas em água e sal ou em tabuleiro perfurado a vapor. Depois de cozidos todos os legumes envolver com as batatas.
F.T.AC.6 Arroz de cenoura/milho/ervilhas/cogumelos/couve	Arroz Cenoura/milho/ervilhas/cogumelos/couve Cebola Azeite Sal Alho	Estufar a cebola e o alho em azeite. Adicionar a cenoura cortada aos cubos/milho/ervilhas previamente cozidos, de preferência a vapor. Posteriormente juntar a água e quando estiver a ferver, adicionar o arroz. No final refritar o tempero.



F.T.AC.7 Arroz de legumes (feijão-verde/ tomate/brócolos/milho/ cenoura)	Arroz Tomate Feijão-verde Cenoura Brócolos Milho Cebola Azeite Alho	Estufar a cebola e o alho em azeite. Adicionar a cenoura cortada aos cubos e juntar dois dos restantes legumes (feijão-verde/ tomate/brócolos/milho), em função da ementa e de preferência previamente cozidos a vapor. Posteriormente juntar a água e quando estiver a ferver, adicionar o arroz. No final retificar o tempero.
F.T.AC.8 Arroz de branco	Arroz Cebola Azeite Sal Alho	Picar o alho e a cebola e estufar em azeite. Adicionar água ao preparado. Após fervura acrescentar o arroz. No final retificar o tempero.
F.T.AC.9 Esparguete/espirais/ macarronete/fusili	Massa Sal	Levar água num tacho ao lume até ferver. Posteriormente adicionar a massa (esparguete/espirais/macarronete/fusili) e parte do sal e deixar cozer. No final retificar o tempero.
F.T.AC.10 Ervilhas/cenoura/couve-flor/ milho/cenoura baby/ feijão-verde/couve lombarda/ couve-de-bruxelas/brócolos	Couve-lombarda Brócolos Couve-flor Cenoura Ervilhas Feijão-verde Cenoura baby Couve-de-bruxelas Milho Sal	Levar água num tacho ao lume até ferver. Posteriormente adicionar o(s) legume(s) mencionados e adicionar parte do sal e deixar cozer. No final retificar o tempero ou levar o(s) legume(s) em tabuleiro perfurado ao forno convetor e colocar no módulo de cozedura a vapor, sem adicionar sal. Deixar cozer.
F.T.AC.11 Estufado de legumes (brócolos/cenoura/tomate/ feijão-verde/cogumelos/ ervilhas/curgete)	Brócolos Feijão-verde Cenoura Ervilhas Curgete Cogumelos Tomate Cebola Azeite Sal Alho	Levar água num tacho ao lume até ferver. Posteriormente adicionar o(s) legume(s) mencionados e adicionar parte do sal e deixar cozer. No final retificar o tempero ou levar o(s) legume(s) em tabuleiro perfurado ao forno convetor e colocar no módulo de cozedura a vapor, sem adicionar sal. Deixar cozer. Num tacho à parte colocar cebola, alho e o(s) respetivo(s) legume(s), adicionar o azeite e levar ao lume a estufar.



F.T.AC.12 Macedónia de legumes	Feijão-verde Ervilhas Cenoura Azeite Sal	Levar água num tacho ao lume até ferver. Posteriormente adicionar os legumes mencionados e adicionar parte do sal e deixar cozer. No final retificar o tempero OU levar os legumes em tabuleiro perfurado ao forno convetor e colocar no módulo de cozedura a vapor, sem adicionarsal. Deixar cozer. Servir e temperar com azeite.
F.T.AC.13 Salada Tricolor (cenoura, cogumelos e ervilhas)	Batata Ervilhas Feijão-verde Cenoura Cebola Sal Alho	Cozer os legumes e as batatas separadamente (em água ou a vapor) numa panela com água a ferver e sal. De seguida, colocar as batatas cortadas aos cubos e os legumes. Após servido, pode ser temperado com azeite.
F.T.AC.14 Arroz de feijão	Arroz Tomate Feijão vermelho Cebola Azeite Sal Alho	Estufar a cebola, o alho e o tomate em azeite. Adicionar o feijão previamente demolido e cozido Adicionar a água de cozer o feijão. Após fervura adicionar o arroz.
F.T.AC.15 Macedónia de legumes estufados	Alho Cebola Azeite Feijão-verde Ervilhas Cenoura Azeite Sal	Levar água num tacho ao lume até ferver. Posteriormente adicionar os legumes mencionados e adicionar parte do sal e deixar cozer. No final retificar o tempero OU levar os legumes em tabuleiro perfurado ao forno convetor e colocar no módulo de cozedura a vapor, sem adicionar sal. Deixar cozer. Num tacho à parte colocar cebola, alho e o(s) respetivo(s) legume(s), adicionar o azeite e levar ao lume a estufar.



FICHA TÉCNICA SALADAS(F.T.SLD)	Ingredientes	Método culinário
F.T.SLD Beterraba/Pepino/Tomate/ Alface/Couve-roxa/ Milho/ Cenoura/Couve em juliana/ Pimento/Couve-de-bruxelas/ Curgete	Beterraba/ Pepino/ Tomate Alface/Couve-roxa/ Milho Cenoura/ Couve em juliana Pimento/ Couve- de-bruxelas/ Curgete	Preparar, lavar e desinfetar o vegetal segundo as indicações do Manual da Qualidade e da ficha técnica do produto a utilizar.



FICHA TÉCNICA SOBREMESAS (F.T.SOB)	Ingredientes	Método culinário
F.T.SOB 1 Gelatina com frutas	Água Gelatina em pó Abacaxi Laranja Morango	Ferver metade da quantidade da água. Adicionar a carteira de gelatina e dissolver o conteúdo. Adicionar a restante quantidade de água fria. Deixar arrefecer e, posteriormente, colocar a gelatina no frigorífico. Dispor pedaços pequenos de abacaxi, laranja e morango, previamente lavados, descascados e cortados, por cima da gelatina.
F.T.SOB 2 Leite-creme	Açúcar branco Leite vaca UHT meio gordo Gema de ovo pasteurizada Canela em pó Pau de canela Casca de limão	Colocar o leite ao lume, juntamente com o pau de canela e as cascas de limão, até ferver. À parte, juntar o açúcar com as gemas. Verter sobre o preparado anterior o restante leite frio, aos poucos, e mexendo sempre, seguidamente adicionar o leite quente. Levar ao lume, sem parar de mexer, até engrossar. Tirar o preparado do calor e eliminar a canela e as cascas de limão. Transferir para o recipiente onde vai ser servido, polvilhar com açúcar e queimar com um utensílio próprio/decorar com canela em pó.
F.T.SOB 3 Arroz doce	Arroz cru Açúcar branco Leite vaca UHT meio gordo Pau de canela Canela em pó Casca de limão	Lavar e escorrer o arroz levando-o, seguidamente, a cozer em leite (juntamente com a casca de limão, o pau de canela e o açúcar). Deixar ferver em lume brando. Quando o leite estiver reduzido, retirar o arroz do lume. Colocar de seguida nas taças e deixar arrefecer no frigorífico. Decorar com canela em pó.
F.T.SOB 4 Aletria	Massa miúda crua Açúcar branco Leite Vaca UHT meio gordo Gema de ovo pasteurizada Canela em pó Casca de limão	Cozer a massa juntamente com a casca de limão. Depois da massa estar cozida, escorrer alguma água que nela exista. Colocar o leite e o açúcar e deixar ferver em lume brando. Quando o leite estiver reduzido, retirar o preparado do lume e adicionar a gema pasteurizada, voltando a levá-la ao lume brando até cozer a gema, sem, no entanto, deixar que esta talhe. Colocar de seguida nas taças e deixar arrefecer no frigorífico. Decorar com canela em pó.



F.T.SOB 5 logurte	logurte	Refrigeração
F.T.SOB 6 Pudim	Açúcar branco (pudim + caramelo) Leite Vaca UHT meio gordo Gema de ovo pasteurizada	Ferver o leite com a casca de laranja. Colocar os ovos numa tigela, juntar parte do açúcar e misturar bem, sem bater. Adicionar o leite já morno e misturar. Levar o restante açúcar ao lume até atingir o ponto de caramelo e coloca-lo numa forma de pudim de forma a cobrir a mesma. Adicionar o preparado e levar ao forno, em banho-maria, até cozer. Estará cozido quando se espetar um palito e este sair seco. Depois de cozido, retirar o pudim do forno e deixar arrefecer totalmente antes de o desenformar.
F.T.SOB 7 Fruta assada (Maçã/Pera)	Maçã/Pera Canela	Lavar e retirar a parte central (caroço e sementes) da fruta. Colocar a fruta num tabuleiro, polvilhar com canela e regar com um pouco de água. Levar ao forno até assar.
F.T.SOB 8 Fruta cozida (Maçã/Pera)	Maçã/Pera Canela Raspa de limão	Descascar e lavar a fruta sem lhe retirar o cabo. Levar a cozer em água a ferver com raspas de limão ou colocar em tabuleiro perfurado e levar ao forno convetor a cozer a vapor, polvilhado com raspas de limão. Polvilhar a gosto com canela antes de consumir.
F.T.SOB 9 Fruta	Kiwi Morangos/Cereja Pêssego/Nectarina Maçã/Pera/ Clementina/ Tangerina/Uva/ Laranja/Ananás/ Abacaxi Alperce/Damasco/ Ameixa/Nêspira Melão/Meloa/ Melancia	Lavar e desinfetar segundo as recomendações do manual de qualidade. Colocar a fruta em frio devidamente acondicionado e/ou colocar individualmente em taças e expor na linha de self, num horário o mais próximo possível da hora de servir.
F.T.SOB 10 Gelatina	Água Gelatina em pó	Ferver metade da quantidade da água. Adicionar a carteira de gelatina e dissolver o conteúdo. Adicionar a restante quantidade de água fria. Colocar em taças individuais e deixar arrefecer e, posteriormente, colocar a gelatina no frigorífico.



F.T.SOB 11 Gelado	Gelado	Congelação
----------------------	--------	------------



ANEXO C

CAPITAÇÃO DOS ALIMENTOS – SUPLEMENTOS ALIMENTARES

TABELA 1 – LATICÍNIOS

Produtos	Capitações Nº unidades
Leite:	
Simples	200ml – 1 unidade
Achocolatado	200ml – 1 unidade
logurte:	
Líquido de aromas meio-gordo	entre 156ml e 168ml – 1 unidade
Queijo	15g – 1 fatia

TABELA 2 – SUMOS DE FRUTA

Produtos	Capitações
Sumos de fruta:	
100%	250ml

TABELA 3 – PÃO

Produtos	Capitações Nº unidades
	1º CEB
Pão de mistura	50g

TABELA 4 – PRODUTOS DE SALSICHARIA

Produtos	Capitações
Fiambre (peito de peru)	15g – 1 fatia
Fiambre (peito de frango)	15g – 1 fatia

TABELA 5 – BOLACHAS E BISCOITOS

Produtos	Capitações
Bolacha de trigo tipo <i>cream cracker</i> simples ou integral	≈30g
Biscoito de milho ou arroz simples ou integral	≈40g



ANEXO D**LISTA DOS ALIMENTOS AUTORIZADOS PARA OS SUPLEMENTOS ALIMENTARES****1. LATICÍNIOS****1.1. Leite**

Embalagem individual de tara perdida com palhinha acoplada.

- Simples: meio-gordo UHT e/ou pasteurizado;
- Achocolatado: meio gordo com 1,5g de gordura, e até 0,6 de cacau e 7g de açúcar (valores por 100ml).

1.2. Iogurte

- Líquido de aromas meio-gordo.
- Sem presença de edulcorante.
- Valor energético máximo: 100Kcal por 100g.

1.3. **Queijo** curado com teor de gordura não superior a 45%.

2. SUMO DE FRUTA 100% sem açúcares e/ou edulcorantes adicionados.

3. PÃO de mistura.

4.1. **FIAMBRE** de peito de peru ou frango, isento de fécula, com baixo teor de gordura e sal, preferencialmente de aves, carnes brancas cozidas ou assadas.



MUNICÍPIO DE
GUIMARÃES



património mundial
world heritage

ANEXO E
ENDEREÇOS ESTABELECIMENTOS DE ENSINO

Estabelecimentos de Ensino	Morada	Contacto telefónico
Escola Básica 2,3 de Abação	Rua das Cortinhas 4810-675 – Abação – GMR	253 422 430
Escola Básica 2,3 de Briteiros	Rua Dr. João Antunes Guimarães – Apartado 4103 4805-447 Briteiros S. Salvador GMR	253 578 849
Escola Básica 2,3 D. Afonso Henriques	Rua Alberto Vieira Braga – Creixomil 4835 – 011 Creixomil GMR	253 413 410
Escola Básica 2,3 Arquiteto Fernando Távora	Rua do Motelo – Fermentões 4800-094 GMR	253 559 260
Escola Básica 2,3 de S. Torcato	Rua Barão de S. Torcato, 860 4800-868 S. Torcato GMR	253 559 870
Escola Básica 2,3 de Pevidém	Rua da Circunvalação- Apartado 3024 4811-909 Pevidém GMR	253 532 335
Escola Básica 2,3 de Gil Vicente	Avenida da Igreja – Apartado 2011 - Urgezes 4810-502 Urgezes GMR	253 522 403
Escola Básica 2,3 Professor Abel Salazar	Rua 13 de Maio 4805-374 Ronfe GMR	253 540 040
Escola Básica 2,3 Professor João de Meira	Rua Calouste Gulbenkian 4810-257 Guimarães	253 433 585
Escola Básica 2,3 Arqueólogo Mário Cardoso	Rua Monte de Ínsua – Apartado 4090 4801-908 Ponte GMR	253 479 790
Escola Básica 2,3 Egas Moniz	Rua Comandante José Luis de Pina 141 4810-532 Guimarães	253 439 260
Escola Básica 2,3 Caldas das Taipas	Rua do Pinheiral 4025 4806-909 Caldas das Taipas GMR	253 470 670
Escola Básica 2,3 Virgínia Moura	Rua 1º de Agosto 4815-254 Moreira de Cónegos GMR	253 560 160
Escola Básica 2,3/S Santos Simões	Rua Dr. Santos Simões 4810-767 Mesão Frio GMR	253 439 090
Escola Secundária Francisco de Holanda	Alameda Alfredo Pimenta 4810-420 Guimarães	253 540 130
Escola Secundária Martins Sarmiento	Alameda Prof. Abel Salazar 4810 – 247 GMR	253 513 240
Escola Secundária das Taipas	Rua Professor Manuel José Pereira, 611 4805 – 128 – Caldas das Taipas	253 479 890