



EMENTA - ALMOÇO

16 A 17 DE SETEMBRO DE 2021

Quinta-feira

Sopa	Acelgas
Prato	Meia Desfeita de Paloco (grão-de-bico, ovo, batata e paloco), Alface e Pepino ^{3,4,12}
Vegetariana	Salada de Ovo com Grão-de-bico, Batata, Salsa e Cebola ^{3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Abóbora e Repolho
Prato	Jardineira de Porco (macedónia) com Arroz ^{1,6,7,9,12}
Vegetariana	Jardineira de Feijão-catarino e Macedónia com Arroz ¹²
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

20 A 24 DE SETEMBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Espinafres
Prato	Pastéis de Bacalhau no forno, Arroz de tomate e Feijão-verde ^{1,3,4,7,8,12}
Vegetariana	Arroz de Cogumelos, Ervilhas, Feijão-verde e Cenoura ¹²
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Abóbora e Grão-de-bico
Prato	Massa de Frango e Macedónia ^{1,3,6,7,9,12}
Vegetariana	Pataniscas de Alho-francês com Massa e Macedónia ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Creme de Feijão-verde
Prato	Atum com Feijão-frade, Ovo, Batata Cozida, Alface e Tomate ^{3,4,12}
Vegetariana	Salada de Ovo com Feijão-frade, Batata Cozida, Alface e Tomate ^{3,12}
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Caldo-verde ^{1,6,7,9,12}
Prato	Costeleta de Porco no forno, Massa e Brócolos ^{1,3,7,12}
Vegetariana	Massa de Feijão-encarnado e Brócolos ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Cenoura e Couve-flor
Prato	Filete de Fogaño em Molho de tomate, Arroz branco, Alface e Pepino ^{4,12}
Vegetariana	Caril de Lentilhas e Batata-doce com Arroz ¹²
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

27 DE SETEMBRO A 01 DE OUTUBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Alho-francês
Prato	Arroz de Frango, Milho-doce e Cenoura ^{1,6,7,9,12}
Vegetariana	Arroz de Milho-doce, Cenoura, Alho-francês e Pimentos ¹²
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Cenoura e Feijão-encarnado
Prato	Omelete de Queijo e Cogumelos, Massa, Alface e Tomate ^{1,3,7,12}
Vegetariana	Omelete de Queijo e Cogumelos, Massa, Alface e Tomate ^{1,3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Agrião
Prato	Lombo de Porco com Laranja, Arroz branco e Feijão-verde ¹²
Vegetariana	Bolinhos de Feijão-branco com Arroz de brócolos ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Creme de Abóbora
Prato	Filete de Cavala em Molho Cebolada, Batata Assada e Alface À JULIANA ^{4,12}
Vegetariana	Empadão à Vegetariana ^{3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Batata-doce e Repolho
Prato	Macarronada de Carnes e Macedónia ^{1,3,6,7,9,12}
Vegetariana	Macarronada de Grão-de-bico e Macedónia ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

04 A 08 DE OUTUBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Creme de Cenoura
Prato	Massa de Atum, Alface e Beterraba ^{1,3,4,12}
Vegetariana	Massa de Cogumelos, Curgete e Milho-doce ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Bom Feriado!
Prato	
Vegetariana	
Sobremesa	

Quarta-feira

Sopa	Abóbora e Couve-flor
Prato	Salada Russa de Paloco ^{3,4,12}
Vegetariana	Ovo Escalfado com Macedónia e Batata aos cubos ^{3,12}
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Espinafres e Grão-de-bico
Prato	Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Feijão-verde ^{1,3,6,12}
Vegetariana	Grão-de-bico Estufado com Repolho e Cenoura com Massa ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Curgete
Prato	Filete de Pescada com Ervas Aromáticas, Arroz de cenoura e Alface ^{4,12}
Vegetariana	Pataniscas de Pimentos e Alho-francês com Arroz de cenoura ^{1,3,7,12}
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

11 A 15 DE OUTUBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Canja ^{1,3,12}
Prato	Frango Assado, Massa e Cenoura ^{1,3,12}
Vegetariana	Cotovelinhos à bolonhesa (Soja) e Cenoura ^{1,3,6,12}
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Lentilhas
Prato	Fogonero à Gomes Sá, Alface e Pepino ^{3,4,12}
Vegetariana	Tortilha de Legumes ^{3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Creme de Brócolos
Prato	Feijoada de Carnes (Porco e Vaca) com Arroz ^{1,6,7,9,12}
Vegetariana	Feijoada de Legumes com Arroz ¹²
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Abóbora e Alho-francês
Prato	Farfalle com Queijo, Fiambre e Cogumelos, Alface e Tomate ^{1,3,6,7,12}
Vegetariana	Farfalle de Ervilhas e Cogumelos ^{1,3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Sopa de Legumes
Prato	Febras de Porco no forno, Arroz de açafrão e Brócolos ¹²
Vegetariana	Bolinhos de Grão-de-bico com Arroz de açafrão e Brócolos ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

18 A 22 DE OUTUBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Couve-flor e Curgete
Prato	Omelete Simples no forno, Arroz de cenoura e Alface ^{3,7,12}
Vegetariana	Omelete Simples no forno, Arroz de cenoura e Alface ^{3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Abóbora e Agrião
Prato	Strogonoff de Porco com Massa e Macedônia ^{1,3,7,12}
Vegetariana	Strogonoff de Cogumelos e Grão-de-bico com Massa ^{1,3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Alho-francês e Grão-de-bico
Prato	Arroz de Atum, Alface e Beterraba ^{4,12}
Vegetariana	Salteado de Legumes com Batata-doce Assada ¹²
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Batata-doce e Cenoura
Prato	Hambúrguer de Bovino no forno, Massa e Brócolos ^{1,3,6,12}
Vegetariana	Couscous Vegetariano ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Repolho com Feijão-catarino
Prato	Filete de Pescada Panado, Arroz de tomate e Feijão-verde ^{1,3,4,6,7,8,12}
Vegetariana	Arroz de Feijão-catarino, Pimentos, Cenoura e Repolho ¹²
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

25 A 29 DE OUTUBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Creme de Ervilhas
Prato	Esparguete à bolonhesa, Alface e Tomate ^{1,3,6,7,9,12}
Vegetariana	Esparguete à bolonhesa (soja), Alface e Tomate ^{1,3,6,12}
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Batata-doce e Alho-francês
Prato	Filete de Pescada no forno, Arroz de cenoura e Feijão-verde ^{4,12}
Vegetariana	Feijão-encarnado Estufado com Repolho com Arroz ¹²
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Canja ^{1,3,12}
Prato	Frango Assado, Massa e Brócolos ^{1,3,12}
Vegetariana	Massa de Brócolos, Milho-doce e Cogumelos ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Acelgas
Prato	Meia Desfeita de Paloco (grão-de-bico, ovo, batata e paloco), Alface e Pepino ^{3,4,12}
Vegetariana	Salada de Ovo com Grão-de-bico, Batata, Salsa e Cebola ^{3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Abóbora e Repolho
Prato	Jardineira de Porco (macedónia) com Arroz ^{1,6,7,9,12}
Vegetariana	Jardineira de Feijão-catarino e Macedónia com Arroz ¹²
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

01 A 05 DE NOVEMBRO DE 2021

Segunda-feira

Bom Feriado!

Terça-feira

Sopa	Abóbora e Grão-de-bico
Prato	Pastéis de Bacalhau no forno, Arroz de tomate e Feijão-verde ^{1,3,4,7,8,12}
Vegetariana	Arroz de Cogumelos, Ervilhas, Feijão-verde e Cenoura ¹²
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Creme de Feijão-verde
Prato	Massa de Frango e Macedónia ^{1,3,6,7,9,12}
Vegetariana	Pataniscas de Alho-francês com Massa e Macedónia ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Cenoura e Couve-flor
Prato	Atum com Feijão-frade, Ovo, Batata Cozida, Alface e Tomate ^{3,4,12}
Vegetariana	Salada de Ovo com Feijão-frade, Batata Cozida, Alface e Tomate ^{3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Caldo-verde ^{1,6,7,9,12}
Prato	Costeleta de Porco no forno, Massa e Brócolos ^{1,3,7,12}
Vegetariana	Massa de Feijão-encarnado e Brócolos ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendãos, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

08 A 12 DE NOVEMBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Alho-francês
Prato	Arroz de Frango, Milho-doce e Cenoura ^{1,6,7,9,12}
Vegetariana	Arroz de Milho-doce, Cenoura, Alho-francês e Pimentos ¹²
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Cenoura e Feijão-encarnado
Prato	Omelete de Queijo e Cogumelos, Massa, Alface e Tomate ^{1,3,7,12}
Vegetariana	Omelete de Queijo e Cogumelos, Massa, Alface e Tomate ^{1,3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Agrião
Prato	Lombo de Porco com Laranja, Arroz branco e Feijão-verde ¹²
Vegetariana	Bolinhos de Feijão-branco com Arroz de brócolos ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Creme de Abóbora
Prato	Filete de Cavala em Molho Cebolada, Batata Assada e Alface À JULIANA ^{4,12}
Vegetariana	Empadão à Vegetariana ^{3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Batata-doce e Repolho
Prato	Macarronada de Carnes e Macedónia ^{1,3,6,7,9,12}
Vegetariana	Macarronada de Grão-de-bico e Macedónia ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

15 A 19 DE NOVEMBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Creme de Cenoura
Prato	Massa de Atum, Alface e Beterraba ^{1,3,4,12}
Vegetariana	Massa de Cogumelos, Curgete e Milho-doce ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Acelgas e Nabo
Prato	Picado de Porco com Arroz branco e Brócolos ¹²
Vegetariana	Arroz de Feijão-frade, Brócolos e Cenoura ¹²
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Abóbora e Couve-flor
Prato	Salada Russa de Paloco ^{3,4,12}
Vegetariana	Ovo Escalfado com Macedônia e Batata aos cubos ^{3,12}
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Espinafres e Grão-de-bico
Prato	Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Feijão-verde ^{1,3,6,12}
Vegetariana	Grão-de-bico Estufado com Repolho e Cenoura com Massa ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Curgete
Prato	Filete de Pescada com Ervas Aromáticas, Arroz de cenoura e Alface ^{4,12}
Vegetariana	Pataniscas de Pimentos e Alho-francês com Arroz de cenoura ^{1,3,7,12}
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

22 A 26 DE NOVEMBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Canja ^{1,3,12}
Prato	Frango Assado, Massa e Cenoura ^{1,3,12}
Vegetariana	Cotovelinhos à bolonhesa (Soja) e Cenoura ^{1,3,6,12}
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Lentilhas
Prato	Fogonero à Gomes Sá, Alface e Tomate ^{3,4,12}
Vegetariana	Tortilha de Legumes ^{3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Creme de Brócolos
Prato	Feijoada de Carnes (Porco e Vaca) com Arroz ^{1,6,7,9,12}
Vegetariana	Feijoada de Legumes com Arroz ¹²
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Abóbora e Alho-francês
Prato	Farfalle com Queijo, Fiambre e Cogumelos, Alface e Pepino ^{1,3,6,7,12}
Vegetariana	Farfalle de Ervilhas e Cogumelos ^{1,3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Sopa de Legumes
Prato	Febras de Porco no forno, Arroz de açafrão e Brócolos ¹²
Vegetariana	Bolinhos de Grão-de-bico com Arroz de açafrão e Brócolos ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

29 DE NOVEMBRO A 03 DEZEMBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Couve-flor e Curgete
Prato	Omelete Simples no forno, Arroz de cenoura e Alface ^{3,7,12}
Vegetariana	Omelete Simples no forno, Arroz de cenoura e Alface ^{3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Abóbora e Agrião
Prato	Strogonoff de Porco com Massa e Macedónia ^{1,3,7,12}
Vegetariana	Strogonoff de Cogumelos e Grão-de-bico com Massa ^{1,3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Bom Feriado!

Quinta-feira

Sopa	Batata-doce e Cenoura
Prato	Hambúrguer de Bovino, Massa e Brócolos ^{1,3,6,12}
Vegetariana	Couscous Vegetariano ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Repolho com Feijão-catarino
Prato	Filete de Pescada Panado. Arroz de tomate e Feijão-verde ^{1,3,4,6,7,8,12}
Vegetariana	Arroz de Feijão-catarino, Pimentos, Cenoura e Repolho ¹²
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

06 A 10 DE DEZEMBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Creme de Ervilhas
Prato	Esparguete à bolonhesa, Alface e Tomate ^{1,3,6,7,9,12}
Vegetariana	Esparguete à bolonhesa (soja), Alface e Tomate ^{1,3,6,12}
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Batata-doce e Alho-francês
Prato	Filete de Pescada no forno, Arroz de cenoura e Feijão-verde ^{4,12}
Vegetariana	Feijão-encarnado Estufado com Repolho com Arroz ¹²
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Bom Feriado!

Quinta-feira

Sopa	Acelgas
Prato	Meia Desfeita de Paloco (grão-de-bico, ovo, batata e paloco), Alface e Pepino ^{3,4,12}
Vegetariana	Salada de Ovo com Grão-de-bico, Batata, Salsa e Cebola ^{3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Abóbora e Repolho
Prato	Lombo de Porco Assado, Arroz branco e Macedónia ¹²
Vegetariana	Jardineira de Feijão-catarino e Macedónia com Arroz ¹²
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



EMENTA - ALMOÇO

13 A 17 DE DEZEMBRO DE 2021

Segunda-feira

Sopa	Espinafres
Prato	Massa de Atum, Alface e Tomate ^{1,3,4,12}
Vegetariana	Massa de Cogumelos, Ervilhas, Feijão-verde e Cenoura ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Terça-feira

Sopa	Abóbora e Grão-de-bico
Prato	Frango Assado, Arroz de cenoura e Macedónia ¹²
Vegetariana	Pataniscas de Alho-francês com Arroz de cenoura ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Quarta-feira

Sopa	Creme de Feijão-verde
Prato	Arroz de Peixe e Brócolos ^{4,12}
Vegetariana	Ovos Mexidos Simples, Arroz branco e Brócolos ^{3,7,12}
Sobremesa	Fruta

Quinta-feira

Sopa	Caldo-verde ^{1,6,7,9,12}
Prato	Carne Vinha-d'alhos com Batata Salteada, Alface e Tomate ¹²
Vegetariana	Massa de Feijão-encarnado e Brócolos ^{1,3,12}
Sobremesa	Fruta

Sexta-feira

Sopa	Cenoura e Couve-flor
Prato	Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Feijão-verde ^{1,3,6,12}
Vegetariana	Caril de Lentilhas e Batata-doce com Arroz ¹²
Sobremesa	Fruta

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.