



Ementa

**SEGUNDA – FEIRA****10-05-2021**

SOPA	Sopa de Legumes
PRATO	Arroz de Brócolos, Cenoura, Pimentos e Cogumelos ¹²
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA**11-05-2021**

SOPA	Cenoura e Alho-francês
PRATO	Massa à Vegetariana ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA**12-05-2021**

SOPA	Agrião
PRATO	Bolinhos de Grão-de-bico com Arroz de cenoura e Salada ^{1,3,7,12}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA**13-05-2021**

SOPA	Abóbora e Feijão-branco
PRATO	Macarronada de Feijão-encarnado e Macedónia ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA**14-05-2021**

SOPA	Curgete
PRATO	Ovos Escalfados com Lentilhas e Arroz ^{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, 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.


**SEGUNDA – FEIRA****17-05-2021**

SOPA	Batata-doce e Ervilhas
PRATO	Esparguete à bolonhesa (Soja) e Legumes ^{1,3,6,12}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA**18-05-2021**

SOPA	Acelgas
PRATO	Saladinha de Ovo com Grão-de-bico, Salsa, Cebola e Batata ^{3,12}
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA**19-05-2021**

SOPA	Cenoura e Nabo
PRATO	Pataniscas de Legumes, Arroz de açafrão e Brócolos ¹²
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA**20-05-2021**

SOPA	Feijão-verde
PRATO	Cogumelos Salteados com Pimentos, Couscous e Milho-doce ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA**21-05-2021**

SOPA	Creme de Abóbora
PRATO	Feijoadinha de Legumes 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, 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.


**SEGUNDA – FEIRA****24-05-2021**

SOPA Espinafres

PRATO Massa de Cogumelos, Milho-doce, Alho-francês e cenoura ^{1,3,12}

SOBREMESA Fruta

TERÇA – FEIRA**25-05-2021**

SOPA Creme de Cenoura

PRATO Strogonoff de Ervilhas e Cogumelos com Arroz de cenoura ^{7,12}

SOBREMESA Fruta

QUARTA – FEIRA**26-05-2021**

SOPA Alho-francês

PRATO Empadão de Legumes ^{1,3,6,7,8,12}

SOBREMESA Fruta

QUINTA – FEIRA**27-05-2021**

SOPA Abóbora com Grão-de-bico

PRATO Bolinhos de Feijão-branco com Arroz de brócolos ¹²

SOBREMESA Fruta

SEXTA – FEIRA**28-05-2021**

SOPA Brócolos

PRATO Ovos Mexidos Simples, Massa e Legumes ^{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, 5Amendains, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremogo, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.


SEGUNDA – FEIRA**31-05-2021**

SOPA	Batata-doce e Ervilhas
PRATO	Caril de Lentilhas com Arroz ¹²
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA**01-06-2021**

SOPA	Cenoura e Nabo
PRATO	Tortilha de Legumes ¹²
SOBREMESA	Surpresa

Dia das Crianças**QUARTA – FEIRA****02-06-2021**

SOPA	Acelgas
PRATO	Arroz de Feijão-preto, Brócolos, Cenoura e Pimentos ¹²
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA**03-06-2021**

Bom Feriado!

SEXTA – FEIRA**04-06-2021**

SOPA	Abóbora e Feijão-catarino
PRATO	Curgete Salteada com Cogumelos e Cenoura e Massa ^{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, 5Amendoados, 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.