

**SEGUNDA – FEIRA****09-02-2026**

SOPA	Creme de Brócolos
PRATO	Arroz de Frango e Macedônia ^{6,12}
VEGETARIANO	Jardineira de Feijão-branco (macedônia) com Arroz ¹²
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA**10-02-2026**

SOPA	Cenoura e Feijão-encarnado
PRATO	Filete de Fogonero no forno, Batatinha corada, Alface e Tomate ^{4,12}
VEGETARIANO	Tortilha Vegetariana ³
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA**11-02-2026**

SOPA	Alho-francês e Curgete
PRATO	Esparguete à Bolonhesa (Bovino) e Feijão-verde ^{1,3,6,12}
VEGETARIANO	Esparguete à Bolonhesa (Soja) e Feijão-verde ^{1,3,6,12}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA**12-02-2026**

SOPA	Abóbora e Pimpinela
PRATO	Massa com Salmão, Milho-doce e Cenoura ^{1,3,4,12}
VEGETARIANO	Couscous à Vegetariana (Grão-de-bico, Milho-doce e Cenoura) ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA**13-02-2026**

SOPA	Cevadinha
PRATO	Tirinhas de Porco Estufadas com Cogumelos, Arroz branco e Alface ¹²
VEGETARIANO	Arroz com Salteado de Feijão-encarnado Curgete e Cenoura 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 rijá, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.





BOM CARNAVAL!



QUINTA – FEIRA

19-02-2026

SOPA	Creme de Ervilhas
PRATO	Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Feijão-verde ^{1,3,6,12}
VEGETARIANO	Almôndegas de Soja Estufadas com Massa ^{1,3,6,12}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

20-02-2026

SOPA	Cenoura e Espinafres
PRATO	Arroz de Atum, Alface e Tomate ^{4,12}
VEGETARIANO	Caril de Lentilhas com Arroz de cenoura 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 rijas, 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.

