

**SEGUNDA – FEIRA****05-10-2026**

Bom Feriado!

TERÇA – FEIRA**06-10-2026**

SOPA	Creme de Alho-francês
PRATO	Arroz de Atum e Brócolos ^{4,12}
VEGETARIANO	Estufado de Soja com Cogumelos e Arroz de brócolos ¹²
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA**07-10-2026**

SOPA	Abóbora e Curgete
PRATO	Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Alface ^{1,3,6,12}
VEGETARIANO	Almôndegas de Grão-de-bico Estufadas com Massa ^{1,3}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA**08-10-2026**

SOPA	Couve-lombarda e Feijão-encarnado
PRATO	Filete de Pescada no forno, Arroz de tomate e Feijão-verde ⁴
VEGETARIANO	Ovos Mexidos Simples com Arroz de tomate ³
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA**09-10-2026**

SOPA	Cenoura e Nabo
PRATO	Massa de Frango e Macedónia ^{1,3,6,12}
VEGETARIANO	Massa com Gratinado de Feijão-branco, Pimentos e Macedónia ^{1,3,7}
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, 13Tremoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

