

**SEGUNDA – FEIRA****30-03-2026**

SOPA	Acelgas
PRATO	Frango desfiado com Massinha e Macedónia ^{1,3}
VEGETARIANO	Massa à Vegetariana ^{1,3}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA**31-03-2026**

SOPA	Abóbora e Pimpinela
PRATO	Filete de Pescada desfiado com Arroz e Cenoura ^{4,12}
VEGETARIANO	Arroz com Salteado de Cogumelos, Brócolos e Pimentos
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA**01-04-2026**

SOPA	Cenoura e Couve-repolho
PRATO	Carne Picada de Bovino com Massinha e Brócolos ^{1,3,6}
VEGETARIANO	Hambúrguer de Feijão-encarnado no forno, Massa e Tomate ^{1,3}
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.



**SEGUNDA – FEIRA****06-04-2026**

SOPA	Alho-francês
PRATO	Filete de Fogonero desfiado com Massinha e Brócolos ^{1,3,4,12}
VEGETARIANO	Massa com Brócolos, Cogumelos, Couve-repolho e Cenoura ^{1,3}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA**07-04-2026**

SOPA	Creme de Cenoura
PRATO	Frango desfiado com Arroz e Couve-flor ¹²
VEGETARIANO	Jardineira à Vegetariana com Arroz
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA**08-04-2026**

SOPA	Curgete
PRATO	Filete de Pescada desfiado com Batatinha e Cenoura ⁴
VEGETARIANO	Caril de Grão-de-bico com Puré de Batata
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA**09-04-2026**

SOPA	Couve-flor e Espinafres
PRATO	Carne Picada de Bovino com Massinha e Macedónia ^{1,3,6,12}
VEGETARIANO	Massa com Estufado de Macedónia e Feijão-encarnado ^{1,3}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA**10-04-2026**

SOPA	Creme de Abóbora
PRATO	Filete de Fogonero desfiado com Arroz de cenoura e Feijão-verde ^{4,12}
VEGETARIANO	Pataniscas de Ervilhas, Arroz de cenoura e Feijão-verde ¹
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.

