



<b>SEGUNDA – FEIRA</b>		<b>27-10-2025</b>
SOPA	Couve-Lombarda	
PRATO	Filete de Pescada Panado, Arroz de tomate e Alface <sup>2,3,4,7,12,14</sup>	
VEGETARIANO	Salteado de Lentilhas e Cogumelos com Arroz <sup>12</sup>	
SOBREMESA	Fruta	
<b>TERÇA – FEIRA</b>		<b>28-10-2025</b>
SOPA	Curgete e Feijão-encarnado	
PRATO	Esparguete à Bolonesa (Bovino) e Cenoura <sup>BABY 1,3,6,12</sup>	
VEGETARIANO	Esparguete à Bolonesa (Soja) e Cenoura <sup>BABY 1,3,6,12</sup>	
SOBREMESA	Fruta	
<b>QUARTA – FEIRA</b>		<b>29-10-2025</b>
SOPA	Espinafres e Couve-flor	
PRATO	Filete de Fogonero no forno, Arroz de cenoura e Brócolos <sup>4,12</sup>	
VEGETARIANO	Arroz com Feijão-encarnado, Cenoura e Brócolos <sup>12</sup>	
SOBREMESA	Fruta	
<b>QUINTA – FEIRA</b>		<b>30-10-2025</b>
SOPA	Alho-francês e Cenoura	
PRATO	Coto de frango Estufado, Massa e Feijão-verde <sup>1,3,12</sup>	
VEGETARIANO	Caril de Grão-de-bico e Batata-doce <sup>12</sup>	
SOBREMESA	Fruta	
<b>SEXTA – FEIRA</b>		<b>31-10-2025</b>
SOPA	Abóbora e Acelgas	
PRATO	Filete Cavala de Tomatada, Arroz branco, Alface e Pepino <sup>4,12</sup>	
VEGETARIANO	Ovos Escalfados em Molho de Tomate com Arroz branco <sup>3,12</sup>	
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.