

SEGUNDA - FEIRA

02-03-2026

SOPA	Caldo-Verde ⁶
PRATO	Hambúrguer de Bovino no forno, Massa e Brócolos ^{1,3,6,12}
VEGETARIANO	Hambúrguer de Soja no forno, Massa e Brócolos ^{1,3,6,12}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA - FEIRA

03-03-2026

SOPA	Cenoura e Feijão-catarino
PRATO	Filete de Pescada no forno, Arroz de cenoura, Alface e Pepino ^{4,12}
VEGETARIANO	Caril de Grão-de-bico com Arroz de cenoura
SOBREMESA	Fruta

QUARTA - FEIRA

04-03-2026

SOPA	Creme de Alho-francês
PRATO	Frango Assado, Massa, Milho-doce e Cenoura ^{1,3,12}
VEGETARIANO	Lentilhas em Molho de Tomate com Massa ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA - FEIRA

05-03-2026

SOPA	Abóbora e Nabo
PRATO	Atum com Feijão-frade, Ovo, Arroz branco, Alface e Tomate ^{3,4,12}
VEGETARIANO	Arroz com Salteado de Ovo, Feijão-frade, Cogumelos e Pimentos ¹²
SOBREMESA	Fruta

SEXTA - FEIRA

06-03-2026

SOPA	Agrião
PRATO	Macarronada de Porco e Macedónia ^{1,3,6,12}
VEGETARIANO	Macarronada de Couve-repolho, Macedónia e Feijão-encarnado ^{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, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 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 1: Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar a responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

Nota 2: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.