

EMENTA ALMOÇO



SEGUNDA – FEIRA		09-02-2026
SOPA	Curgete e Batata-doce	
PRATO	Filete de Pescada Panado, Arroz de tomate e Alface ^{1,2,3,4,6,7,14}	
VEGETARIANO	Pataniscas de Ervilhas com Arroz de tomate ^{1,3}	
SOBREMESA	Fruta	
TERÇA – FEIRA		10-02-2026
SOPA	Cenoura e Feijão-encarnado	
PRATO	Massa de Aves (Frango e Peru) e Feijão-verde ^{1,3,6,12}	
VEGETARIANO	Rancho à Vegetariana (Grão-de-bico, Macarrão e Macedónia) ^{1,3,12}	
SOBREMESA	Fruta	
QUARTA – FEIRA		11-02-2026
SOPA	Lentilhas	
PRATO	Omelete de Chouriço no forno, Arroz de cenoura e Pepino ^{3,6,7,12}	
VEGETARIANO	Omelete Simples no forno, Arroz de cenoura e Pepino ^{3,12}	
SOBREMESA	Fruta	
QUINTA – FEIRA		12-02-2026
SOPA	Caldo-Verde ⁶	
PRATO	Picado de Porco com Cogumelos, Massa e Brócolos	
VEGETARIANO	Massa com Salteado de Brócolos, Cogumelos e Feijão-frade ^{1,3,12}	
SOBREMESA	Fruta	
SEXTA – FEIRA		13-02-2026
SOPA	Abóbora e Agrião	
PRATO	Arroz de Filete de Paloco com Salsa, Alface e Tomate ^{4,12}	
VEGETARIANO	Estufado de Feijão-encarnado com Pimentos, Cenoura e Arroz 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, 13Tremço, 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 o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

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

