

EMENTA ALMOÇO



SEGUNDA – FEIRA		12-01-2026
SOPA	Acelgas	
PRATO	Filete de Pescada Panado, Arroz branco e Cenoura ^{BABY 1,2,3,4,6,7,14}	
VEGETARIANO	Pataniscas de Alho-francês com Arroz ^{1,3}	
SOBREMESA	Fruta	
TERÇA – FEIRA		13-01-2026
SOPA	Abóbora e Grão-de-bico	
PRATO	Esparguete à Bolonhesa (Bovino), Alface e Tomate ^{1,3,6,12}	
VEGETARIANO	Esparguete à Bolonhesa (Soja), Alface e Tomate ^{1,3,6,12}	
SOBREMESA	Fruta	
QUARTA – FEIRA		14-01-2026
SOPA	Creme de Brócolos	
PRATO	Filete de Cavala de Cebolada, Batata corada e Feijão-verde ^{4,12}	
VEGETARIANO	Empadão à Vegetariana (lentilhas, cogumelos e pimentos) ³	
SOBREMESA	Fruta	
QUINTA – FEIRA		15-01-2026
SOPA	Curgete e Couve-flor	
PRATO	Feijoada de Porco (couve-repolho e cenoura) com Arroz ^{6,12}	
VEGETARIANO	Feijoada à Vegetariana com Arroz ¹²	
SOBREMESA	Fruta	
SEXTA – FEIRA		16-01-2026
SOPA	Creme de Cenoura	
PRATO	Omelete Simples no forno, Massa de tomatada, Alface e Pepino ^{1,3,7,12}	
VEGETARIANO	Omelete Simples no forno, Massa de tomatada, Alface e Pepino ^{1,3,7,12}	
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.

