

EMENTA ALMOÇO



SEGUNDA – FEIRA		19-01-2026
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		20-01-2026
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		21-01-2026
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		22-01-2026
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		23-01-2026
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, 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.

