

EMENTA ALMOÇO



SEGUNDA – FEIRA		25-05-2026
SOPA	Creme de Ervilhas	
PRATO	Massa de Atum e Feijão-verde ^{1,3,4}	
VEGETARIANO	Massa com Salteado de Cogumelos, Ervilhas e Pimentos ^{1,3}	
SOBREMESA	Fruta	
TERÇA – FEIRA		26-05-2026
SOPA	Abóbora e Couve-repolho	
PRATO	Hambúrguer de Bovino no forno, Arroz de cenoura e Brócolos ⁶	
VEGETARIANO	Hambúrguer de Soja no forno, Arroz de cenoura e Brócolos ⁶	
SOBREMESA	Fruta	
QUARTA – FEIRA		27-05-2026
SOPA	Espinafres	
PRATO	Filete de Fogaño de Cebolada, Batata corada e Beterraba ^{4,12}	
VEGETARIANO	Tortilha Vegetariana (ovo, batata, milho-doce, curgete e cenoura) ³	
SOBREMESA	Fruta	
QUINTA – FEIRA		28-05-2026
SOPA	Canja ^{1,3}	
PRATO	Frango Assado, Massa, Alface e Tomate ^{1,3,12}	
VEGETARIANO	Caril de Grão-de-bico com Esparguete ^{1,3}	
SOBREMESA	Fruta	
SEXTA – FEIRA		29-05-2026
SOPA	Alho-francês	
PRATO	Arroz com Filete de Pescada em Molho Tomate, Pepino e Milho-doce ^{4,12}	
VEGETARIANO	Lentilhas em Molho de Tomate com Arroz	
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, 13Tremçoço, 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.

