

SEGUNDA – FEIRA

16-11-2026

SOPA	Couve-flor
PRATO	Empadão de Atum e Macedónia ^{3,4,6,7,12}
VEGETARIANO	Empadão à Vegetariana (macedónia, milho-doce e pimentos) ^{3,6,7}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

17-11-2026

SOPA	Creme de Ervilhas
PRATO	Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Feijão-verde ^{1,3,6}
VEGETARIANO	Almôndegas de Soja Estufadas com Massa de tomatada ^{1,3,6}
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

18-11-2026

SOPA	Abóbora e Curgete
PRATO	Filete de Pescada Panado, Arroz branco, Beterraba e Cenoura ^{1,2,3,4,6,7,14}
VEGETARIANO	Pataniscas de Alho-francês, Arroz branco, Beterraba e Cenoura ^{1,3,6}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

19-11-2026

SOPA	Creme de Feijão-verde
PRATO	Febras de Porco no forno, Massa e Brócolos ^{1,3,12}
VEGETARIANO	Massa com Brócolos, Feijão-encarnado e Cogumelos ^{1,3}
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

20-11-2026

SOPA	Cenoura e Espinafres
PRATO	Arroz de Paloco com Salsa, Salada de Alface e Milho-doce ^{4,12}
VEGETARIANO	Arroz com Salteado Lentilhas, Milho-doce e Cenoura 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.