

SEGUNDA – FEIRA

14-12-2026

SOPA	Acelgas
PRATO	Omelete de Chouriço no forno, Massa, Alface e Beterraba ^{1,3,6,7,12}
VEGETARIANO	Omelete simples no forno, Massa, Alface e Beterraba ^{1,3,12}
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

15-12-2026

SOPA	Creme de Brócolos
PRATO	Arroz de Frango e Feijão-verde ^{1,3,6,12}
VEGETARIANO	Lentilhas em Molho de Tomate com Arroz Primavera ¹²
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

16-12-2026

SOPA	Abóbora e Feijão-encarnado
PRATO	Filete de Cavala de Cebolada, Batata corada, Alface e Pepino ^{4,12}
VEGETARIANO	Empadão à Vegetariana (cogumelos, cenoura, pimentos e soja) ^{3,6}
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

17-12-2026

SOPA	Couve-lombarda
PRATO	Carne de Porco Vinha d'alhos, Arroz branco e Brócolos ^{1,3,7}
VEGETARIANO	Strogonoff de Ervilhas e Cogumelos com Arroz de brócolos ⁷
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

18-12-2026

SOPA	Cenoura e Pimpinela
PRATO	Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Cenoura ^{1,3,6,12} RIPADA
VEGETARIANO	Massa à Vegetariana ^{1,3}
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.