

Ementa da semana de 05 a 09 de maio de 2025 - Edifício Sede

Data	Dia da Semana	Ementa	
05/05/2025	2ª FEIRA	SOPA	<i>Caldo verde</i>
		PRATO	<i>Atum de escabeche com batata, alface e tomate</i>
		VEGETARIANO	<i>Batata com feijão frade, alface e tomate</i>
		SOBREMESA	<i>Laranja</i>
06/05/2025	3ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de verdura</i>
		PRATO	<i>Peito de peru com massa e verdura</i>
		VEGETARIANO	<i>massa, ovo cozido e verdura</i>
		SOBREMESA	<i>Maçã</i>
07/05/2025	4ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de abóbora</i>
		PRATO	<i>Dobrada com arroz</i>
		VEGETARIANO	<i>Arroz com omelete e cenoura</i>
		SOBREMESA	<i>Maçã</i>
08/05/2025	5ª FEIRA	SOPA	<i>Sopa de lentilhas</i>
		PRATO	<i>Lombo de vaca com arroz e verdura</i>
		VEGETARIANO	<i>Arroz e verdura salteada</i>
		SOBREMESA	<i>Banana</i>
09/05/2025	6ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de cebola</i>
		PRATO	<i>Bacalhau com grão de bico, batata, alface e tomate</i>
		VEGETARIANO	<i>Batata com grão de bico, alface e tomate</i>
		SOBREMESA	<i>Laranja</i>

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

O Diretor

(José Sequeira da Costa)

Ementa da semana de 12 a 16 de maio de 2025 - Edifício Sede

Data	Dia da Semana	Ementa	
12/05/2025	2ª FEIRA	SOPA	<i>Sopa de agrião</i>
		PRATO	<i>Peito de peru com massa e couve salteada</i>
		VEGETARIANO	<i>Massa com verdura estufada (cenoura, alho francês e milho doce)</i>
		SOBREMESA	<i>Pêra</i>
13/05/2025	3ª FEIRA	SOPA	<i>Caldo verde</i>
		PRATO	<i>Perca com batata, alface e tomate</i>
		VEGETARIANO	<i>Batata com feijão frade, alface e tomate</i>
		SOBREMESA	<i>Laranja</i>
14/05/2025	4ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de ervilha</i>
		PRATO	<i>Bacalhau à brás, alface tomate</i>
		VEGETARIANO	<i>Batata, grão de bico, alface e tomate</i>
		SOBREMESA	<i>Maçã</i>
15/05/2025	5ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de cebola</i>
		PRATO	<i>Salmão com batata, alface e tomate</i>
		VEGETARIANO	<i>Batata salteada com alface e tomate</i>
		SOBREMESA	<i>Laranja</i>
16/05/2025	6ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de verdura</i>
		PRATO	<i>Feijoada com arroz</i>
		VEGETARIANO	<i>Arroz de feijão e verdura</i>
		SOBREMESA	<i>Banana</i>

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

O Diretor

(José Sequeira da Costa)

Ementa da semana de 19 a 23 de maio de 2025 - Edifício Sede

Data	Dia da Semana	Ementa	
19/05/2025	2ª FEIRA	SOPA	<i>Caldo verde</i>
		PRATO	<i>Filete de pescada com arroz e salada de repolho</i>
		VEGETARIANO	<i>Arroz com salada de repolho</i>
		SOBREMESA	<i>Laranja</i>
20/05/2025	3ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de verdura</i>
		PRATO	<i>Pá de porco com massa e macedónia</i>
		VEGETARIANO	<i>Massa, ovo cozido e macedónia</i>
		SOBREMESA	<i>Banana</i>
21/05/2025	4ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de cenoura</i>
		PRATO	<i>Entrecosto no forno com batata</i>
		VEGETARIANO	<i>Batata com omelete e verdura</i>
		SOBREMESA	<i>Maçã</i>
22/05/2025	5ª FEIRA	SOPA	<i>Canja</i>
		PRATO	<i>Frango no forno com arroz e verdura</i>
		VEGETARIANO	<i>Arroz com verdura estufada</i>
		SOBREMESA	<i>Pêra</i>
23/05/2025	6ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de cebola</i>
		PRATO	<i>Atum com feijão frade, batata, alface e tomate</i>
		VEGETARIANO	<i>Batata com feijão frade, alface e tomate</i>
		SOBREMESA	<i>Laranja</i>

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

O Diretor

(José Sequeira da Costa)

Ementa da semana de 26 a 30 de maio de 2025 - Edifício Sede

Data	Dia da Semana	Ementa	
26/05/2025	2ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de verdura</i>
		PRATO	<i>Costeleta de porco com arroz, cenoura e ervilha</i>
		VEGETARIANO	<i>Arroz com courgete, cenoura e ervilha</i>
		SOBREMESA	<i>Maçã</i>
27/05/2025	3ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de cebola</i>
		PRATO	<i>Peixe vermelhão com batata, alface e tomate</i>
		VEGETARIANO	<i>Batata com grão de bico, alface e tomate</i>
		SOBREMESA	<i>Laranja</i>
28/05/2025	4ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de abóbora</i>
		PRATO	<i>Lombo de vaca com puré de batata e verdura</i>
		VEGETARIANO	<i>Puré de batata com verdura</i>
		SOBREMESA	<i>Banana</i>
29/05/2025	5ª FEIRA	SOPA	<i>Caldo verde</i>
		PRATO	<i>Filete de espada com arroz e couve salteada</i>
		VEGETARIANO	<i>Arroz com ovo e couve salteada</i>
		SOBREMESA	<i>Laranja</i>
30/05/2025	6ª FEIRA	SOPA	<i>Creme de cenoura</i>
		PRATO	<i>Esparguete com carne moída e verdura</i>
		VEGETARIANO	<i>Esparguete com verdura salteada (alho francês, cenoura e milho doce)</i>
		SOBREMESA	<i>Maçã</i>

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

O Diretor

(José Sequeira da Costa)