














SEMANA - 1

2ª FEIRA	SOPA	Brócolos
	PRATO	Hamburguer no Forno com Arroz e Salada  
	VEGETARIANO	Hamburguer de Grão no Forno com Arroz e Salada
	SOBREMESA	Fruta variada
3ª FEIRA	SOPA	Feijão Encarnado com Agrião
	PRATO	Bolonhesa de Atum, Esparguete e Legumes  
	VEGETARIANO	Bolonhesa de Soja, Esparguete e Legumes 
	SOBREMESA	Fruta variada
4ª FEIRA	SOPA	Creme de Abóbora
	PRATO	Frango Assado com Arroz Cenoura e Salada
	VEGETARIANO	Chili com Feijão Preto, Arroz e Salada
	SOBREMESA	Fruta variada
5ª FEIRA	SOPA	Acelgas
	PRATO	Filete de Pescada Assado com Arroz de Segurelha e Salada 
	VEGETARIANO	Beringela Recheada(cebola,pimento e tofu) com Arroz Branco
	SOBREMESA	Fruta Variada
6ª FEIRA	SOPA	Caldo Verde 
	PRATO	Picado de Porco, Massa Espiral e Legumes  
	VEGETARIANO	Picado de Soja, Massa Espiral e Legumes   
	SOBREMESA	Gelatina 

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

De acordo com o Regulamento (UE) nº1169/2011 existem 14 alergénos que podem estar presentes nos alimentos que consumimos.



Ovos



Crustáceos



Peixe



Sésamo



Dióxido de enxofre e sulfitos



Cereais que contém glúten



Mostarda



Leite



Moluscos



Amendoins



Soja



Frutos de casca rija



Aipo



Tremoços