

SEGUNDA – FEIRA		10-03-2025
SOPA	Couve-Lombarda	
PRATO	Filete de Pescada Panado, Arroz de tomate e Feijão-verde ^{1,2,3,4,6,7,14}	
VEGETARIANO	Pataniscas de Ervilhas com Arroz de tomate ^{1,3}	
SOBREMESA	Fruta	
TERÇA – FEIRA		11-03-2025
SOPA	Canja ^{1,3,12}	
PRATO	Frango Assado, Massa, Alface e Beterraba ^{1,3,12}	
VEGETARIANO	Caril de Lentilhas e Batata-doce	
SOBREMESA	Fruta	
QUARTA – FEIRA		12-03-2025
SOPA	Caldo Verde	
PRATO	Filete de Cavala no forno, Batata corada e Brócolos ^{4,12}	
VEGETARIANO	Batata Gratinada com Salteado de Curgete, Cogumelos e Cenoura ^{7,12}	
SOBREMESA	Fruta	
QUINTA – FEIRA		13-03-2025
SOPA	Alho-francês e Couve-flor	
PRATO	Hambúrguer com Arroz de Ervilha e Cenoura	
VEGETARIANO	Jardineira de Feijão-encarnado com Arroz ¹²	
SOBREMESA	Fruta	
SEXTA – FEIRA		14-03-2025
SOPA	Abóbora e Ervilhas	
PRATO	Lasanha de Atum e Salada	
VEGETARIANO	Farfalle à Carbonara Vegetariano ^{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, 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.