

EMENTA ALMOÇO



SEGUNDA – FEIRA		20-04-2026
SOPA	Acelgas	
PRATO	Esparguete à Bolonhesa (bovino) e Brócolos ^{1,3,6}	
VEGETARIANO	Esparguete à Bolonhesa (soja) e Brócolos ^{1,3,6}	
SOBREMESA	Fruta	
TERÇA – FEIRA		21-04-2026
SOPA	Cenoura e Grão-de-bico	
PRATO	Filete de Cavala Escabeche, Batata cozida, Alface e Cenoura ^{4,12}	
VEGETARIANO	Grão-de-bico Estufado com Repolho e Puré-de-batata ¹²	
SOBREMESA	Fruta	
QUARTA – FEIRA		22-04-2026
SOPA	Caldo-verde ⁶	
PRATO	Jardineira de Porco (macedónia) com Arroz ⁶	
VEGETARIANO	Jardineira de Feijão-branco (macedónia) com Arroz	
SOBREMESA	Fruta	
QUINTA – FEIRA		23-04-2026
SOPA	Abóbora e Nabo	
PRATO	Arroz de atum com salada	
VEGETARIANO	Omelete Simples no forno, Massa de Tomatada e Pepino ^{1,3,7,12}	
SOBREMESA	Fruta	
SEXTA – FEIRA		23-04-2026
SOPA	Creme de Brócolos	
PRATO	Arroz de Frango e Feijão-verde ⁶	
VEGETARIANO	Arroz com Salteado de Cogumelos, Pimentos e Feijão-catarino	
SOBREMESA	Fruta	

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 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.

