



Semana de 01/12/2025 a 05/12/2025

| | 2^a Feira | 3^a Feira | 4^a Feira | 5^a Feira | 6^a Feira |
|---------------|----------------------------|--|---|---|--|
| Almoço | FERIADO | CANJA ARROZ DE FEIJÃO BRANCO E CARNES (VITELA E PORCO) SALADA ALFACE E CENOURA FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades) | SOPA DE ALHO FRANCÊS PESCADA COZIDA COM BATATA E OVO COZIDOS CENOURA E COUVE COZIDOS FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades) | SOPA DE COUVE LOMBARDA MASSA RISCADA À LAVRADOR (PORCO, FEIJÃO VERMELHO, CENOURA E COUVE) FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades) | SOPA DE ESPINAFRES LOMBINHOS DE PESCADA COM MOLHO CENOURA E ARROZ DE CENOURA SALADA DE ALFACE FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades) |
| Lanche | | IOGURTE DE AROMAS/ LEITE (MG) | FARINHA LÁCTEAS LEITE COM CEREAIS | IOGURTE DE AROMAS/ LEITE (MG) | FARINHA LÁCTEAS LEITE COM CEREAIS |
| | | PÃO, ALTERNADAMENTE COM CREME VEGETAL, FIAMBRE MAGRO, QUEIJO MAGRO, COMPOTA/MARMELADA | | | |

Observações: A ementa apresentada não é isenta de alterações.

Alergénios Presentes/Possíveis no Plano de Ementas v3 Nutricionista: Nuno Ferreira (Cédula Profissional ON671N) Data: 19/11/2018

| Alergénios Presentes - Semana <i>Em caso de dúvida ou necessidade de maior esclarecimento, contactar o Gestor da Qualidade</i> | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|
| | 2^a Feira | 3^a Feira | 4^a Feira | 5^a Feira | 6^a Feira |
| Almoço | FERIADO | PRESENTES: NÃO CONTÉM POSSÍVEIS: SULFITOS | PRESENTES: PESCADO, OVO POSSÍVEIS: SULFITOS, MOLUSCOS | PRESENTES: GLUTEN POSSÍVEIS: SULFITOS | PRESENTES: PESCADO POSSÍVEIS: SULFITOS, MOLUSCOS |
| Lanche | | PRESENTES: LEITE | PRESENTES: LEITE, GLUTEN | PRESENTES: LEITE | PRESENTES: LEITE, GLUTEN |
| | PRESENTES: GLUTEN, LEITE, LACTOSE | | | POSSÍVEIS: SULFITOS, SOJA | |

Aprovado por: Ana Maria Moura

Data 01/12/2025