



Semana de 15/12/2025 a 19/12/2025

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	SOPA DE FEIJÃO VERDE CARNE DE NOVILHO PICADA ESTUFADA COM TOMATE E MASSA ESPARGUETE COZIDA SALADA DE ALFACE, FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	SOPA DE COURGETE ARROZ DE FRUTOS DO MAR (PESCADA, POTA E DELÍCIAS) SALADA ALFACE COM CEBOLA FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	CREME DE CENOURA BIFES DE FRANGO GRELHADAS COM ESPIRAIS TRICOLORES COZIDAS SALADA DE ALFACE CENOURA RALADA FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	SOPA DE FEIJÃO BRANCO PESCADA GRATINADA COM BATATA COZIDA CENOURA E BRÓCOLOS COZIDOS FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	SOPA DE MACEDÓNIA CUBINHOS DE PERU ESTUFADOS COM ARROZ DE ERVILHAS SALADA DE ALFACE FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)
Lanche	IOGURTE DE AROMAS/ LEITE (MG)	FARINHA LÁCTEAS LEITE COM CEREALIS	IOGURTE DE AROMAS/ LEITE (MG)	FARINHA LÁCTEAS LEITE COM CEREALIS	IOGURTE DE AROMAS/ LEITE (MG)
	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>					
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	PRESENTES: GLUTEN POSSÍVEIS: SULFITOS	PRESENTES: PESCADO, MOLUSCOS, SOJA POSSÍVEIS: SULFITOS, GLUTEN	PRESENTES: GLUTEN POSSÍVEIS: SULFITOS	PRESENTES: PESCADO POSSÍVEIS: SULFITOS, MOLUSCOS	PRESENTES: NÃO CONTÉM POSSÍVEIS: SULFITOS
Lanche	PRESENTES: LEITE	PRESENTES: LEITE, GLUTEN	PRESENTES: LEITE	PRESENTES: LEITE, GLUTEN	PRESENTES: LEITE
	PRESENTES: GLUTEN, LEITE, LACTOSE			POSSÍVEIS: SULFITOS, SOJA	

Aprovado por: Ana Maria Moura

Data: 01/12/2025