



Ementa semanal

Semana de 12/01/2026 a 16/01/2026

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	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)	CREME DE ABÓBORA PERÚ ESTUFADO COM ERVILHAS E ESPARGUETE COZIDO SALADA DE ALFACE COM CENOURA RASPADA 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	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: NÃO CONTÉM POSSÍVEIS: SULFITOS	PRESENTES: PESCADO, OVO POSSÍVEIS: SULFITOS, MOLUSCOS	PRESENTES: GLUTEN POSSÍVEIS: SULFITOS	PRESENTES: PESCADO POSSÍVEIS: SULFITOS, MOLUSCOS	PRESENTES: GLUTEN 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: 05/01/2026