



Ementa semanal

Semana de 19/01/2026 a 23/01/2026					
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	SOPA DE FEIJÃO VERMELHO	SOPA DE REPOLHO	SOPA DE COUVE FLOR	CALDO VERDE	SOPA DE ERVILHAS
	EMPADÃO DE ATUM E COGUMELOS	RANCHO (CARNE DE PORCO E NOVILHO ESTUFADOS COM TOMATE, GRÃO E MASSA RISCADA)	BARRITAS DE PESCADO NO FORNO COM ARROZ DE PIMENTOS E CENOURA	FRANGO ASSADO COM CONCHAS COZIDAS	SALADA DE PEIXE, OVO, FEIJÃO VERDE, MILHO, ERVILHA, CENOURA E BATATA COZIDOS
	SALADA DE ALFACE,	_____	SALADA DE ALFACE E CEBOLA	SALADA DE ALFACE	_____
	FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)
Lanche	FARINHA LÁCTEAS LEITE COM CEREAIS	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.



Ementa semanal

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	<p><i>PRESENTES:</i></p> <p>PESCADO, OVO</p> <p><i>POSSÍVEIS:</i></p> <p>GLUTEN, SULFITOS, MOLUSCOS</p>	<p><i>PRESENTES:</i></p> <p>GLUTEN</p> <p><i>POSSÍVEIS:</i></p> <p>SULFITOS</p>	<p><i>PRESENTES:</i></p> <p>PESCADO, OVO, GLUTEN, LACTOSE</p> <p><i>POSSÍVEIS:</i></p> <p>SULFITOS, MOLUSCOS</p>	<p><i>PRESENTES:</i></p> <p>GLUTEN</p> <p><i>POSSÍVEIS:</i></p> <p>SULFITOS</p>	<p><i>PRESENTES:</i></p> <p>PESCADO, OVO</p> <p><i>POSSÍVEIS:</i></p> <p>SULFITOS, MOLUSCOS</p>
	Lanche	<p><i>PRESENTES:</i> LEITE, GLUTEN</p>	<p><i>PRESENTES:</i> LEITE</p>	<p><i>PRESENTES:</i> LEITE, GLUTEN</p>	<p><i>PRESENTES:</i> LEITE</p>
<p><i>PRESENTES:</i> GLUTEN, LEITE, LACTOSE</p>			<p><i>POSSÍVEIS:</i> SULFITOS, SOJA</p>		

Aprovado por: Ana Maria Moura

Data: 05/01/2026