



Semana de 09/02/2026 a 13/02/2026					
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	SOPA DE PENCA VITELA ESTUFADA COM LAÇINHOS SALADA DE ALFACE FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	SOPA DE LEGUMES SALADA DE BACALHAU COM BATATA E OVOS COZIDOS _____ FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	CREME DE ESPINAFRES ARROZ DE FRANGO E FEIJÃO VERMELHO SALADA ALFACE E MILHO FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	SOPA DE COURGETE CALAMARES CONFECIONADOS NO FORNO COM ARROZ DE TOMATE SALADA DE ALFACE E CENOURA RASPADA FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	SOPA DE COUVE FLOR RANCHO VEGETARIANO (NACOS DE SOJA ESTUFADOS COM TOMATE E CENOURA, GRÃO E MASSA RISCADA) SALADA DE ALFACE FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)
	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 Em caso de dúvida ou necessidade de maior esclarecimento, contactar o Gestor da Qualidade					
	2^a Feira	3^a Feira	4^a Feira	5^a Feira	6^a Feira
Almoço	PRESENTES: GLUTEN POSSÍVEIS: SULFITOS	PRESENTES: PESCADO, OVO POSSÍVEIS: SULFITOS, MOLUSCOS	PRESENTES: NÃO CONTÉM POSSÍVEIS: SULFITOS	PRESENTES: PESCADO, OVO, LACTOSE POSSÍVEIS: SULFITOS, MOLUSCOS	PRESENTES: GLUTEN, SOJA POSSÍVEIS: SULFITOS
Lanche	PRESENTES: LEITE	PRESENTES: LEITE, GLUTEN	PRESENTES: LEITE	PRESENTES: LEITE, GLUTEN	PRESENTES: LEITE
	PRESENTES: GLUTEN, LEITE, LACTOSE			POSSÍVEIS: SULFITOS, SOJA	