



Ementa semanal

Semana de 09/03//2026 a 13/03/2026					
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	SOPA DE FEIJÃO VERDE	SOPA DE COURGETE	CREME DE CENOURA	SOPA DE FEIJÃO BRANCO	SOPA DE MACEDÓNIA
	CARNE DE NOVILHO PICADA ESTUFADA COM TOMATE E MASSA ESPARGUETE COZIDA	ARROZ DE FRUTOS DO MAR (PESCADA, POTA E DELÍCIAS)	BIFES DE FRANGO GRELHADAS COM ESPIRAIS TRICOLORES COZIDAS	PESCADA GRATINADA COM BATATA COZIDA	CUBINHOS DE PERU ESTUFADOS COM ARROZ DE ERVILHAS
	SALADA DE ALFACE,	SALADA ALFACE COM CEBOLA	SALADA DE ALFACE CENOURA RALADA	CENOURA E BRÓCOLOS COZIDOS	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	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.



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

Aprovado por :Ana Maria Moura

Data: 02/03/2026