



Ementa semanal

Semana de 06/07/2026 a 10/07/2026					
	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 TRICOLORS COZIDAS	PESCADA GRATINADA COM BATATA COZIDA	CUBINHOS DE PERU ESTUFADOS COM ARROZ DE ERVILHAS
	SALADA DE ALFACE, FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	SALADA ALFACE COM CEBOLA FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	SALADA DE ALFACE CENOURA RALADA FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	CENOURA E BRÓCOLOS COZIDOS FRUTA DA ÉPOCA (1 de 3 variedades)	SALADA DE ALFACE 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					
Em caso de dúvida ou necessidade de maior esclarecimento, contactar o Gestor da Qualidade					
	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
Lanche	<i>POSSÍVEIS:</i>	<i>POSSÍVEIS:</i>	<i>POSSÍVEIS:</i>	<i>POSSÍVEIS:</i>	<i>POSSÍVEIS:</i>
	SULFITOS	SULFITOS, GLUTEN	SULFITOS	SULFITOS, MOLUSCOS	SULFITOS
	<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: 01/07/2026