



Ementa semanal

<b>Semana de 27/07/2026 a 31/07/2026</b>					
	<b>2ª Feira</b>	<b>3ª Feira</b>	<b>4ª Feira</b>	<b>5ª Feira</b>	<b>6ª Feira</b>
<b>Almoço</b>	SOPA DE MACEDÓNIA	SOPA DE REPOLHO	SOPA DE ABÓBORA	SOPA DE FEIJÃO VERDE	SOPA DE ALHO FRANCÊS
	MASSADA DE ATUM COM PIMENTOS, CENOURA E COGUMELOS	EMPADÃO DE ARROZ COM CARNE PICADA	SALADA RUSSA DE PESCADA E MOLHO DE IOGURTE	FEIJOADA À BRASILEIRA SIMPLES (CARNE DE PORCO E CHOURIÇO COM FEIJÃO PRETO, ACOMPANHADA DE ARROZ BRANCO	PEIXE NO FORNO COM CEBOLADA E ARROZ DE ERVILHAS
	SALADA DE ALFACE	SALADA DE ALFACE E MILHO	_____	COUVE GALEGA CEGADA E SALTEADA EM AZEITE	CENOURA E BRÓCULOS COZIDOS
	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)
<b>Lanche</b>	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

<b>Alergénios Presentes - Semana</b>					
<b>Em caso de dúvida ou necessidade de maior esclarecimento, contactar o Gestor da Qualidade</b>					
	<b>2ª Feira</b>	<b>3ª Feira</b>	<b>4ª Feira</b>	<b>5ª Feira</b>	<b>6ª Feira</b>
<b>Almoço</b>	<i>PRESENTES:</i>	<i>PRESENTES:</i>	<i>PRESENTES:</i>	<i>PRESENTES:</i>	<i>PRESENTES:</i>
	<b>PESCADO</b>	<b>OVO E LACTOSE</b>	<b>PESCADO, LACTOSE</b>	<b>GLUTEN, SOJA, LACTOSE</b>	<b>GLUTEN, PESCADO</b>
<b>Lanche</b>	<i>POSSÍVEIS:</i>	<i>POSSÍVEIS:</i>	<i>POSSÍVEIS:</i>	<i>POSSÍVEIS:</i>	<i>POSSÍVEIS:</i>
	<b>SULFITOS, MOLUSCOS</b>	<b>SULFITOS</b>	<b>SULFITOS, MOLUSCOS</b>	<b>SULFITOS</b>	<b>SULFITOS, MOLUSCOS</b>
<b>Lanche</b>	<i>PRESENTES: LEITE, GLUTEN</i>	<i>PRESENTES: LEITE</i>	<i>PRESENTES: LEITE, GLUTEN</i>	<i>PRESENTES: LEITE</i>	<i>PRESENTES: LEITE, GLUTEN</i>
	<i>PRESENTES: GLUTEN, LEITE, LACTOSE</i>			<i>POSSÍVEIS: SULFITOS, SOJA</i>	

Aprovado por: Ana Maria Moura

Data: 01/07/2026