Ementa Semanal

(Semana de 9 a 13 de novembro de 2026)

	Sopa	Prato	Dieta	Salada	Sobremesa	Lanches
Segunda-feira	Creme de Legumes	Salsichas com esparguete e molho de cenoura (1)	Hambúrguer grelhado com salada	Alface e cenoura	Fruta	Pão com queijo e leite (1, 7)
Terça-feira	Agrião	Filetes à Padeiro com batata (4)	Pescada cozida com legumes (4)	Alface e cenoura	Fruta	Pão com chourição e sumo (9)
Quarta-Feira	Nabiças	Rolo de carne com espirais (1)	Frango cozido e salada	Alface, cenoura e repolho salteado	Fruta	Pão com manteiga ou marmelada e leite (1, 7)
Quinta-feira	Creme de couve flor	Arroz de Atum (4)	Peixe cozido com legumes (4)	Alface e cenoura	Fruta	Scones e iogurte (7)
Sexta-feira	Canja	Salada Francesa	Bife grelhado com legumes	Alface, cenoura	Fruta	Cereais (1,7)

Lista de alergénios: 1º CEREAIS (que contém glúten); 2º CRUSTÁCEOS e produtos à base de crustáceos; 3º OVOS e produtos à base de ovos; 4º PEIXES e produtos à base de peixe; 5º AMENDOINS e produtos à base de amendoins; 6º SOJA e produtos à base de soja; 7º LEITE e produtos à base de leite; 8º FRUTOS DE CASCA RIJA; 9º AIPO e produtos à base de aipo; 10º MOSTARDA e produtos à base de mostarda; 11º SEMENTES DE SÉSAMO e produtos à base de sementes de sésamo; 12º DIÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS (E220 e E228);13º TREMOÇO e produtos à base de tremoço; 14º MOLUSCOS e produtos à base de moluscos.

A EMENTA PODE SOFRER ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO