



Ementa Semanal

(Semana de 11 a 15 de maio de 2026)

| | Sopa | Prato | Dieta | Salada | Sobremesa | Lanches |
|---------------|------------------|--------------------------------|---|------------------------------------|-----------|---|
| Segunda-feira | Creme de cenoura | Almôndegas com esparguete (1) | Hamburgueres de aves com salada e legumes | Alface e cenoura | Fruta | Pão com fiambre e leite (1,7) |
| Terça-feira | Nabiça | Empadão de peixe com arroz (4) | Peixe cozido com legumes (4) | Alface e cenoura | Fruta | Pães de leite e sumo(1,7) |
| Quarta-Feira | Espinafres | Carne Guisada com macarrão (7) | Bife grelhado com salada | Alface e cenoura | Fruta | Pão com queijo e leite (1,7) |
| Quinta-feira | Creme de legumes | Salada de Pescada (4) | Peixe cozido com batatas e legumes (4) | Alface, cenoura e repolho salteado | Fruta | Pão com marmelada ou manteiga e iogurte (1,7) |
| Sexta-feira | Agrião | Lasanha (1,7) | Frango cozido com salada e legumes | Alface e 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