



ementa

30 Dezembro a 03 Janeiro de 2025

Quarta-feira



Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

Se é alérgico ou intolerante a alguma das substâncias a seguir discriminadas peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa

Segunda-feira

Suplemento da manhã

Bolachas [Contém: 1,3,6,7,11,14 Pode conter: 5,8]

Sopa

Creme de brócolos c/ borrego

Sopa de brócolos

Prato

Grelhada mista c/ batata e salada de alface e tomate [Contém: 14]

Dieta

Grelhada mista c/ batata e salada de alface e tomate [Contém: 14]

Vegetariano

Creme de brócolos c/ favas [Pode conter: 9]

Estufado de legumes c/ cogumelos e batata [Contém: 14 Pode conter: 1,5,8,9,10,11]

Sobremesa

Fruta da época / Banana

Lanche

Papa láctea/ não láctea [Contém: 1,7 Pode conter: 2,3,4,5,6,8,9,10,11,12,13,14]

Leite e pão c/ manteiga [Contém: 1,7]

Terça-feira

Suplemento da manhã

Maçã

Sopa

Creme de cenoura c/ pescada [Contém: 4]

Sopa de ervilhas [Pode conter: 9]

Prato

Pescada cozida c/ batata e couve [Contém: 4]

Dieta

Pescada cozida c/ batata e couve [Contém: 4]

Vegetariano

Creme de cenoura c/ tofu [Pode conter: 9]

Salada russa vegetariana [Pode conter: 9]

Sobremesa

Fruta da época / Manga e maçã

Lanche

logurte c/ pera [Contém: 7 Pode conter: 6]

Leite e pão c/ fiambre [Contém: 1,6,7,9 Pode conter: 3,10,14]

Quinta-feira

Suplemento da manhã

Bolachas [Contém: 1,3,6,7,11,14 Pode conter: 5,8]

Sopa

Creme de alho francês c/ bacalhau fresco [Contém: 4]

Sopa de grão

Prato

Corvina assada ao natural c/ arroz tomate, salada alface e pepino [Contém: 4,14]

Dieta

Corvina assada ao natural c/ arroz tomate, salada alface e pepino [Contém: 4,14]

Vegetariano

Creme de alho francês c/ ervilhas [Pode conter: 9]

Esparguete salteado c/ brócolos, cogumelos e ervilhas [Contém: 1,14 Pode conter: 3,6,9,10]

Sobremesa

Fruta da época / Pera triturada

Lanche

logurte c/ banana [Contém: 7 Pode conter: 6]

Sexta-feira

Suplemento da manhã

Pera

Sopa

Creme de couve-flor c/ frango

Canja c/ couve [Contém: 1 Pode conter: 3]

Prato

Jardineira de frango [Contém: 14 Pode conter: 9,10,11]

Dieta

Jardineira de frango [Contém: 14 Pode conter: 9,10,11]

Vegetariano

Creme de couve-flor c/ feijão-vermelho [Pode conter: 9]

Salada mexicana (Batata, feijão, milho, feijão-verde, pimento) [Pode conter: 1,5,8,9,10,11]

Sobremesa

Fruta da época / Maçã

Lanche

Papa láctea/ não láctea [Contém: 1,7 Pode conter: 2,3,4,5,6,8,9,10,11,12,13,14]

Leite e pão c/ queijo fresco de barrar [Contém: 1,7]

LEGENDA (? = pode conter)



A ementa pode ser alterada, por imprevistos de carácter excepcional, motivados pelo fornecimento de matérias-primas ou anomalias dos equipamentos de cozinha.