



ementa

03 a 07 MARÇO de 2025



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

Sopa de couve-flor

Prato

Massa c/ carne de porco e salada de alface [Contém: 1,14 Pode conter: 3,9,10,11]

Dieta

Carne de porco estufada ao natural c/ massa e salada de alface [Contém: 1,14 Pode conter: 3]

Vegetariano

Massa primavera (Ervilhas, milho, ananás, azeitonas, brócolos e cenoura) [Contém: 1 Pode conter: 3,12]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

Leite e pão c/ manteiga [Contém: 1,7]

Terça-feira

Quarta-feira

Suplemento da manhã

Pão [Contém: 1]

Sopa

Sopa de alface

Prato

Solha assada natural c/ arroz de cenoura e salada de alface e milho [Contém: 4,14 Pode conter: 9,10,11]

Dieta

Solha assada natural c/ arroz de cenoura e salada de alface e milho [Contém: 4,14 Pode conter: 9,10,11]

Vegetariano

Lentilhas estufadas c/ legumes e arroz de cenoura [Pode conter: 9,10,11]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

logurte e pão c/ manteiga [Contém: 1,7]

Quinta-feira

Suplemento da manhã

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

Sopa

Sopa de feijão-verde c/ tomate

Prato

Frango fricassé c/ puré e legumes salteados [Contém: 3,7,14 Pode conter: 9,10,11]

Dieta

Peitinhos de frango estufados ao natural c/ puré e legumes salteados [Contém: 7,14 Pode conter: 9,10,11]

Vegetariano

Favas estufadas (c/ curgete e tomate) c/ batata [Contém: 14 Pode conter: 1,5,8,9,10,11]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

Cereais de arroz e trigo integral c/ leite [Contém: 1,7 Pode conter: 5,8]

Sexta-feira

Suplemento da manhã

Pera

Sopa

Creme de cenoura

Prato

Salmão grelhado c/ arroz e migas [Contém: 1,4 Pode conter: 3,5,6,7,8,9,10,11,12,14]

Dieta

Salmão grelhado c/ arroz e migas [Contém: 1,4 Pode conter: 3,5,6,7,8,9,10,11,12,14]

Vegetariano

Feijoada de curgete c/ arroz [Contém: 14 Pode conter: 6,12]

Sobremesa

Pudim [Contém: 7]

Lanche

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

LEGENDA (? = pode conter)

- 1 GLÚTEN
- 2 CRUSTÁCEOS
- 3 OVOS
- 4 PEIXE
- 5 AMENDOIM
- 6 SOJA
- 7 LEITE
- 8 FRUTOS CASCA RIJA
- 9 AIPO
- 10 MOSTARDA
- 11 SEMENTES DE SÊSAMO
- 12 TREMOÇOS
- 13 MOLUSCOS
- 14 SULFITOS/DIÓXIDO DE ENXOFRE

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