

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 06 A 10 DE ABRIL DE 2026

| Segunda-feira | Terça-feira |
|---|---|
| FERIADO SEGUNDA-FEIRA DE PASCOA | Sopa: Alho Francês Prato: Pescada cozida com batata cozida e legumes (cenoura e brócolos). Sobremesa: Fruta da Época |
| Quarta-feira | Quinta-feira |
| Sopa Feijão Branco Prato: Bife de Peru grelhado com arroz seco e salada de alface Sobremesa: Fruta da época | Sopa: Abóbora Prato: Filetes de pescada estufados com arroz de feijão vermelho Sobremesa: Fruta da Época |
| Sexta-feira | Elaborado por: Amélia Ferreira Aos 10/03/2026 |
| Sopa: Creme de legumes Prato: Carne de vaca estufada com massa espirais e ervilhas Sobremesa: Fruta da Época | |

Nota: A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável: **Amélia Ferreira**

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 13 A 17 DE ABRIL DE 2026

| Segunda-feira | Terça-feira |
|--|--|
| <p>Sopa: Feijão Branco</p> <p>Prato: Esparguete a Bolonhesa com cenoura rapada</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p> | <p>Sopa: Espinafres</p> <p>Prato: Abrótea estufada com arroz de legumes (Cenoura e ervilha)</p> <p>Sobremesa: logurte</p> |
| Quarta-feira | Quinta-feira |
| <p>Sopa: Couve Flor</p> <p>Prato: Coxinhas de frango com massa cotovelos e ervilhas.</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> | <p>Sopa: Creme de legumes</p> <p>Prato: Salada de feijão frade com arroz seco</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> |
| Sexta-feira | <p>Elaborado por:</p> <p>Amélia Ferreira</p> <p>Aos 10/032026</p> |

Nota: A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável: **Amélia Ferreira**

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 20 A 24 DE ABRIL DE 2026

| Segunda-feira | Terça-feira |
|--|--|
| <p>Sopa: Creme de cenoura</p> <p>Prato: Bifinhos de frango grelhados com arroz seco e salada de tomate</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> | <p>Sopa: Coração</p> <p>Prato: Salada Russa (batata, cenoura, ervilha, atum e ovo)</p> <p>Sobremesa: Iogurte</p> |
| Quarta-feira | Quinta-feira |
| <p>Sopa: Feijão Vermelho</p> <p>Prato: Carne de vaca estufada com massa cotovelos e macedónia</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p> | <p>Sopa: Alho Francês</p> <p>Prato: Pescada cozida com batata e grão de bico e ovo</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p> |
| Sexta-feira | <p>Elaborado por:</p> <p>Amélia Ferreira</p> <p>Aos 10/03/2026</p> |
| <p>Sopa: Grão de Bico</p> <p>Prato: Perú assado com batata assada e salada de alface</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p> | |

Nota: A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável: **Amélia Ferreira**

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 27 A 01 DE MAIO DE 2026

| Segunda-feira | Terça-feira |
|---|--|
| <p>Sopa: Couve Lombarda</p> <p>Prato: Bifanas com arroz seco e salada de tomate</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p> | <p>Sopa: Grão de Bico</p> <p>Prato: Salmão assado no forno com arroz de legumes (ervilhas e cenoura)</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p> |
| Quarta-feira | Quinta-feira |
| <p>Sopa: Espinafres</p> <p>Prato: Bife de peru grelhado com esparguete e cenoura rapada</p> <p>Sobremesa: Fruta da Época</p> | <p>Sopa: Feijão Vermelho</p> <p>Prato: Pescada com batata cozida e cenoura</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p> |
| Sexta-feira | |
| <p>FERIADO</p> <p>DIA DO TRABALHADOR</p> | <p>Elaborado por:</p> <p>Amélia Ferreira</p> <p>Aos 10/03/2026</p> |

Nota: A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos, de acordo com o regulamento.

A Responsável: **Amélia Ferreira**