

# ***EMENTA***

EMENTA PARA A SEMANA DE 31/03 a 04/04/2025

<p><b><u>Segunda-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Inteira</p> <p><b>Prato:</b> Bifanas estufadas com esparguete e salada de cenoura</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Terça-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Alho Francês</p> <p><b>Prato:</b> Pescada cozida com batata cozida e legumes (cenoura e brócolos).</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>
<p><b><u>Quarta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Feijão Branco</p> <p><b>Prato:</b> Bife de Peru grelhado com arroz seco e salada de alface</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Quinta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Abobora</p> <p><b>Prato:</b> Carne de vaca estufada com massa espirais e ervilhas</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>
<p><b><u>Sexta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Creme de legumes</p> <p><b>Prato:</b> Filetes de pescada estufados com arroz de feijão vermelho</p> <p><b>Sobremesa:</b> Gelatina</p>	<p><b><u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira</b></p> <p><b>Aos 24/03/2025</b></p> <p>.</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 07/04 a 11/04/2025

<p><b><u>Segunda-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Feijão Branco</p> <p><b>Prato:</b> Esparguete a Bolonhesa com cenoura rapada</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Terça-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Espinafres</p> <p><b>Prato:</b> Abrótea estufada com arroz de legumes (Cenoura e ervilha)</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>
<p><b><u>Quarta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Couve Flor</p> <p><b>Prato:</b> Carne de vaca estufada com massa cotovelos e macedónia</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Quinta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Creme de legumes</p> <p><b>Prato:</b> Perú assado com batata assada e salada de alface</p> <p><b>Sobremesa:</b> Iogurte</p>
<p><b><u>Sexta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Penca</p> <p><b>Prato:</b> Salada de feijão frade com arroz seco</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira</b></p> <p><b>Aos 24/03/2025</b></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 rijã, 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 14/04 a 18/04/2025

<p><b><u>Segunda-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Creme de cenoura</p> <p><b>Prato:</b> Bifinhos de frango grelhados com arroz seco e salada de tomate</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Terça-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Coração</p> <p><b>Prato:</b> Salada Russa (batata, cenoura, ervilha, atum e ovo)</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>
<p><b><u>Quarta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Feijão Vermelho</p> <p><b>Prato:</b> Coxinhas de frango com massa cotovelos e ervilhas.</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Quinta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Alho Francês</p> <p><b>Prato:</b> Pescada cozida com batata e grão de bico e ovo</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>
<p><b><u>Sexta-feira</u></b></p> <p><b>FERIADO</b></p>	<p><b><u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira</b></p> <p><b>Aos 24/03/2025</b></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 21/04 a 25/04/2025

<p><b><u>Segunda-feira</u></b></p> <p><b>FERIAS</b></p>	<p><b><u>Terça-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Couve Lombarda</p> <p><b>Prato:</b> Pataniscas com arroz de feijão vermelho</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>
<p><b><u>Quarta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Alho Francês</p> <p><b>Prato:</b> Jardineira</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Quinta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Brócolos</p> <p><b>Prato:</b> Abrótea com batata cozida e cenoura</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>
<p><b><u>Sexta-feira</u></b></p> <p><b>FERIADO</b></p>	<p><b><u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira</b></p> <p><b>Aos 24/03/2025</b></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 28/04 a 02/05/2025**

<p><b><u>Segunda-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Inteira</p> <p><b>Prato:</b> Bifanas com arroz seco e salada de tomate</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Terça-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Grão de Bico</p> <p><b>Prato:</b> Salmão assado no forno com arroz de legumes (ervilhas e cenoura)</p> <p><b>Sobremesa:</b> Gelatina</p>
<p><b><u>Quarta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Espinafres</p> <p><b>Prato:</b> Bife de peru grelhado com esparguete e cenoura rapada</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Quinta-feira</u></b></p> <p><b>FERIADO</b></p>
<p><b><u>Sexta-feira</u></b></p> <p><b>Sopa:</b> Abóbora</p> <p><b>Prato:</b> Pescada estufada com batata e cenoura</p> <p><b>Sobremesa:</b> Fruta da época</p>	<p><b><u>Elaborado por:</u> Amélia Ferreira</b></p> <p><b>Aos 24/03/2025</b></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 rijia, 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*