

EMENTA

EMENTA PARA A SEMANA DE 01 A 05 DE SETEMBRO DE 2025

Segunda-feira	Terça-feira
ENCERRADO	Sopa: Feijão branco Prato: Pataniscas com arroz de feijão branco Sobremesa: Fruta da época
Quarta-feira	Quinta-feira
Sopa: Espinafres Prato: Carne de vaca estufada com esparguete e legumes (ervilha e cenoura) Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Abóbora Prato: Abrótea estufada com batata cozida e cenoura. Sobremesa: Fruta da Época
Sexta-feira	Elaborado por: Amélia Ferreira Aos 01/09/2025
Sopa: Creme de Cenoura Prato: Bifinhos de frango grelhados com arroz seco e salada de alface 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 rijá, 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 08 A 12 DE SETEMBRO DE 2025

Segunda-feira	Terça-feira
Sopa: Coração Prato: Bifanas com arroz seco e salada de tomate e pepino Sobremesa: Fruta da Época	Sopa: Alho Francês Prato: Salada Russa (batata, cenoura, ervilha, ovo e atum). Sobremesa: Fruta da época
Quarta-feira	Quinta-feira
Sopa: Brócolos Prato: Almôndegas estufadas com esparguete e salada de cenoura Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Abóbora Prato: Salmão grelhado com arroz de legumes Sobremesa: logurte
Sexta-feira	Elaborado por: Amélia Ferreira Aos 01/09/2025
Sopa: Creme de legumes Prato: Rojões com arroz seco e salada de alface 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 15 A 19 DE SETEMBRO DE 2025

Segunda-feira	Terça-feira
Sopa: Couve Flor Prato: Bifinhos de frango grelhados com arroz seco e salada de alface Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de Cenoura Prato: Pescada com batata cozida e grão bico e ovo Sobremesa: Fruta da época
Quarta-feira	Quinta-feira
Sopa: Brócolos Prato: Carne de vaca estufada com massa cotovelo e ervilhas Sobremesa: Fruta da Época	Sopa: Feijão branco Prato: Abrótea estufada com arroz seco e salada de tomate e pepino Sobremesa: Fruta da Época
Sexta-feira	Elaborado por: Amélia Ferreira Aos 01/09/2025
Sopa: Coração Prato: Frango estufado com massa esparguete e legumes (macedónia). 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 22 A 26 DE SETEMBRO DE 2025

Segunda-feira	Terça-feira
Sopa: Creme de legumes Prato: Esparguete à Bolonhesa com cenoura rapada Sobremesa: Fruta da Época	Sopa: Couve-Lombarda Prato: Salada de Feijão-frade com atum e ovo Sobremesa: Fruta da Época
Quarta-feira	Quinta-feira
Sopa: Couve flor Prato: Frango assado com batata assada e salada de alface Sobremesa: Fruta da Época	Sopa: Brócolos Prato: Pescada com batata cozida e legumes (feijão verde e cenoura). Sobremesa: Fruta da Época
Sexta-feira	Elaborado por: Amélia Ferreira Aos 01/09/2025
Sopa: Grão de Bico Prato: Bifinhos de Perú grelhados com arroz seco e salada de tomate e pepino 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**