

Semana de 15 a 21 de setembro de 2025

Poderá conter os seguintes alergénios:

2ª FEIRA	SOPA	Lombardo	
	PRATO	Rissóis de carne com arroz cenoura, ervilha e salada alface	2,4,7,10
	DIETA	Arroz de peru no forno	12
	VEGETARIANO	Hambúrguer vegetariano com Arroz	1,6,7
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Gratinado de pescada com legumes (brócolos e cenoura)	3,4
3ª FEIRA	SOPA	Espinafres	
	PRATO	Bacalhau desfiado com batata, grão e ovo	3,4
	DIETA	Bacalhau desfiado com batata, grão e ovo	3,4
	VEGETARIANO	Salada de grão, batata e ovo	3
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Vitela estufada com massa espiral	12
4ª FEIRA	SOPA	Juliana	
	PRATO	Feijoada à transmontana	12
	DIETA	Vitela estufada com arroz de lombardo	12
	VEGETARIANO	Feijoada vegetariana (feijão catarino, pimento e tomate) com arroz branco	
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Pescada cozida com legumes (batata e couve flor)	4
5ª FEIRA	SOPA	Nabiças	
	PRATO	Massada de peixe c/ coentros	4
	DIETA	Massada de peixe (simples)	4
	VEGETARIANO	Quiche de legumes	3,7
	SOBREMESA	Doce	
	JANTAR	Bife de peru no tacho c/ molho de tomate e arroz branco	1,3,12
6ª FEIRA	SOPA	Couve portuguesa	
	PRATO	Carne de porco à portuguesa e salada alface	10,12
	DIETA	Bifinhos de peru com batata e salada alface	12
	VEGETARIANO	Caril de lentilhas	8
	SOBREMESA	Fruta	
	JANTAR	Caraupau grelhado com arroz de tomate	4
SABADO	SOPA	Caldo verde	
	PRATO	Frango estufado com ervilha e cenoura e massa esparguete	12
	DIETA	Bife de frango grelhado e massa esparguete	12
	JANTAR	Salada russa de pescada	3,4
	DIETA	Salada russa de pescada	3,4
	SOBREMESA	Fruta	
DOMINGO	SOPA	Juliana	
	PRATO	Entrecosto no forno com arroz de ervilha e cenoura	12
	DIETA	Peito de frango grelhada com arroz de ervilha e cenoura	12
	JANTAR	Solha no forno com batata e feijão verde	1,4
	DIETA	Solha grelhada com batata e feijão verde	1,4
	SOBREMESA	Fruta	

A ementa poderá estar sujeita a alterações por motivos imprevistos.

Devido aos processos de elaboração dos pratos, não é possível excluir a presença accidental de outros agentes alergénios distintos aqui representados.

A sua refeição pode conter as seguintes substâncias/produtos e seus derivados potenciais causadores de alergia ou intolerância alimentar:
1 - Cereais que contêm glúten; 2 - Crustáceos; 3 - Ovos; 4 - Peixes; 5 - Amendoins; 6 - Soja; 7 - Leite; 8 - Frutos de casca rijas; 9 - Alho; 10 - Mostarda; 11 -

A Técnica:
Eugénia Assis