

Semana de 7 a 11 de abril de 2025

Dia	Prato	Almoço
2.ª Feira	Sopa	Alho francês com feijão verde
	Prato	Almondegas de aves estufadas com esparguete salpicado de cenoura ^{1,3,6,10}
	Salada	Estufado de legumes (cogumelos, cenoura e curgete)
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Almondegas de lentilhas com aveia estufadas com molho de tomate e esparguete salpicado de cenoura ¹
3.ª Feira	Sopa	Creme de nabo com cenoura e couve lombarda
	Prato	Pescada dourada com feijão frade, batata e ovo ^{3,4}
	Salada	Alface, cenoura e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Salada de feijão frade com batata, brócolos, cenoura e milho
4.ª Feira	Sopa	Feijão branco com nabiças
	Prato	Arroz de Pato no forno à antiga ^{1,3,6}
	Salada	Alface, pepino e laranja
	Sobremesa	Fruta da época ou Fruta assada
	Vegetariano	Arroz de tofu com favas e cenoura no forno ^{1,6}
5.ª Feira	Sopa	Abóbora com couve branca
	Prato	Massada de abrótea ^{1,4}
	Salada	Alface, cenoura e pepino
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Salada de grão de bico com massa , feijão verde e cenoura ¹
6.ª Feira	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Carne de porco à alentejana ²
	Salada	Alface, pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Soja à alentejana ⁶ (nacos de soja, feijão branco, curgete, cenoura, batatas aos cubos e coentros)

Ementa sujeita a alterações.

São disponibilizados pão de mistura e água à refeição.

Informação sobre potenciais alergénios: **1** – Cereais que contêm glúten (trigo, centeio, cevada, aveia, espelta, kamut ou outras estirpes hibridizadas) e produtos à base destes cereais; **2** – Crustáceos e produtos à base de crustáceos; **3** – Ovos e produtos à base de ovos; **4** – Peixes e produtos à base de peixe; **5** – Amendoins e produtos à base de amendoins; **6** – Soja e produtos à base de soja; **7** – Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); **8** – Frutos de casca rija, nomeadamente, amêndoas, avelãs, nozes, castanhas de caju, pistácios, entre outros; **9** – Aipo e produtos à base de aipo; **10** – Mostarda e produtos à base de mostarda; **11** – Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; **12** – Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10mg/kg ou 10ml/L; **13** – Tremoço ou produtos à base de tremoço; **14** – Moluscos e produtos à base de moluscos.