

Semana de 24 a 28 de novembro de 2025

Dia	Prato	Almoço	Alergénios
2.ª Feira	Sopa	Creme de legumes	
	Prato	Atum com ovo, feijão frade e batata cozida	3,4
	Salada	Alface, cenoura e tomate	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Vegetariano	Salada de feijão frade, batata, cenoura e feijão verde	
3.ª Feira	Sopa	Nabo com cenoura e couve branca	
	Prato	Carnes mistas estufadas (vaca e porco) com grão de bico e couve lombarda e massa 1 cotovelos	
	Salada	Pepino e tomate	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Vegetariano	Leguminosas estufadas (ervilhas e lentilhas) com legumes (curgete, pimento e alho 1 francês) e massa cotovelos	
4.ª Feira	Sopa	Creme de abóbora com brócolos	
	Prato	Perca (lombos) de cebolada e arroz de cenoura	4
	Salada	Feijão verde cozido	
	Sobremesa	Fruta da época ou pudim	3,7
	Vegetariano	Tofu de cebolada com feijão e arroz de cenoura	1,6
5.ª Feira	Sopa	Alho francês com couve coração	
	Prato	Empadão de carne (frango e puré de batata)	3,7
	Salada	Tomate, pepino e milho	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Vegetariano	Empadão de soja (soja fina e batata)	1,6
6.ª Feira	Sopa	Sopa de feijão branco com espinafre	
	Prato	Peixinho à brás (bacalhau)	2,4,14
	Salada	Alface, cenoura e tomate	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Vegetariano	Legumes à brás	1,6,8,11

**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** – Amendoin 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.