

Semana de 3 a 7 de fevereiro de 2025

Dia	Prato	Almoço
2. <sup>a</sup> Feira	Sopa	Creme de cenoura com couve branca
	Prato	Rissoís de camarão com arroz primavera (cenoura, milho e ervilha) <sup>1,2,3,4,6,7,9,12,14</sup>
	Salada	Alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Croquetes de grão de bico no forno com arroz primavera (cenoura, milho e ervilha) <sup>1,7</sup>
3. <sup>a</sup> Feira	Sopa	Macedónia de legumes
	Prato	Salada de frango com feijão verde (massa penne) <sup>1</sup>
	Salada	Alface, cenoura e pepino
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Salada de 3 feijões (feijão branco, feijão vermelho e feijão preto) com massa penne <sup>1</sup>
4. <sup>a</sup> Feira	Sopa	Creme de alho francês com cenoura e curgete
	Prato	Cação gratinado(a) com arroz de cenoura <sup>4</sup>
	Salada	Brócolos e couve flor cozidos
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Gratinado de leguminosas (feijão branco e feijão manteiga) com legumes (beringela, curgete e brócolo) no forno com arroz branco
5. <sup>a</sup> Feira	Sopa	Creme de couve flor com cenoura e nabo
	Prato	Vitela estufada aos cubos com cenoura e massa macarronete <sup>1</sup>
	Salada	Alface, beterraba e pepino
	Sobremesa	Fruta da época ou arroz doce <sup>7</sup>
	Vegetariano	Soja estufada com cenoura, feijão vermelho e massa espiral <sup>1,6</sup>
6. <sup>a</sup> Feira	Sopa	Feijão vermelho com feijão verde
	Prato	Saladinha de polvo ou choco com batata cozida <sup>2,4,14</sup>
	Salada	Cenoura, pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Leguminosas estufadas (ervilhas/lentilhas) com legumes (curgete, pimento e alho francês) e batata cozida

**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** – Tremço ou produtos à base de tremço; **14** – Moluscos e produtos à base de moluscos.