

Semana de 14 a 18 de abril de 2025

Dia	Prato	Almoço
2.ª Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Vegetariano	Abóbora com espinafres Empadão de atum com arroz ^{3,4} Beterraba, cenoura e tomate Fruta da época Empadão de soja com feijão vermelho (arroz) ⁶
3.ª Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Vegetariano	Creme de lentilhas e couve portuguesa Strogonof de frango com molho de cogumelos e esparguete ^{1,7} Alface, pepino e cenoura Fruta da época Strogonof de seitan com molho de cogumelos e esparguete ^{1,6}
4.ª Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Vegetariano	Feijão-vermelho com nabiça Caldeirada de peixe (pescada, raia e tamboril) ^{2,4,14} Alface, pepino e tomate Suissinho ⁷ Caldeirada de tofu ^{1,6}
5.ª Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Vegetariano	Feijão verde com cenoura Bifinhos de peru estufados/grelhados com massa ¹ Alface, couve roxa e milho ¹² Fruta da época Tofu grelhado/gratinado com molho de cogumelos e massa ^{1,6}
6.ª Feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Vegetariano	Sexta-feira Santa

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** – Tremeço ou produtos à base de tremeço; **14** – Moluscos e produtos à base de moluscos.