

Semana de 31 de março a 4 de abril de 2025

Dia	Prato	Almoço
2.ª Feira	Sopa	Alho francês com couve coração
	Prato	Salada de Peixe (pescada, camarão, ovo, massa , cenoura, feijão verde, ervilha e cenoura) ^{1,2,3,4}
	Salada	Alface, pimento e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Salada de 3 feijões com batata, cenoura e feijão verde
3.ª Feira	Sopa	Sopa de ervilhas com cenoura
	Prato	Feijoada à portuguesa com arroz branco ⁶
	Salada	Alface, cenoura e pepino
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Feijoada vegetariana (feijão vermelho, cenoura e lombarda) com arroz branco
4.ª Feira	Sopa	Creme de alho francês com cenoura e curgete
	Prato	Cação gratinado(a) com arroz branco ⁴
	Salada	Brócolos, couve flor e cenoura
	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.ª Feira	Sopa	Feijão branco com couve lombarda
	Prato	Bife de frango estufado com cogumelos servido com massa fusillis ¹
	Salada	Cenoura, couve roxa e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
	Vegetariano	Tirinhas de seitan estufadas com cenoura e favas e massa fusillis ^{1,6}
6.ª Feira	Sopa	Creme de couve flor com cenoura
	Prato	Bacalhau à Gomes de Sá ^{3,4}
	Salada	Alface, cenoura e tomate
	Sobremesa	Fruta da época ou gelatina de morango
	Vegetariano	Seitan à Gomes de Sá com favas ^{1,6}

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.