

| Dia       | Prato       | Almoço                                                                                               |
|-----------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.ª Feira | Sopa        | Creme de cenoura com couve branca                                                                    |
|           | Prato       | Rissois de camarão com arroz branco <sup>1,2,3,4,6,7,9,10,12</sup>                                   |
|           | Salada      | Alface e tomate                                                                                      |
|           | Sobremesa   | Fruta da época                                                                                       |
|           | Vegetariano | Ervilhas estufadas com legumes (Curgete, pimento e alho francês) e massa macarronete <sup>1,12</sup> |
| 3.ª Feira | Sopa        | Macedónia de legumes                                                                                 |
|           | Prato       | Bife de frango com molho de cogumelos e esparguete <sup>1,12</sup>                                   |
|           | Salada      | Alface, pepino e cenoura                                                                             |
|           | Sobremesa   | Fruta da época                                                                                       |
|           | Vegetariano | Almondegas de lentilhas com cenoura no forno com esparguete <sup>1,6</sup>                           |
| 4.ª Feira | Sopa        | Feijão vermelho com feijão-verde ,5                                                                  |
|           | Prato       | Filete de pescada gratinado com batata cozida e brócolos <sup>4,7</sup>                              |
|           | Salada      | Pepino, tomate e milho                                                                               |
|           | Sobremesa   | Fruta da época                                                                                       |
|           | Vegetariano | Empadão de lentilhas <sup>3,6,7</sup>                                                                |
| 5.ª Feira | Sopa        | Creme de couve flor com cenoura e nabo                                                               |
|           | Prato       | Vitela aos cubos estufada com cenoura com massa espiral <sup>1</sup>                                 |
|           | Salada      | Alface, beterraba e cenoura                                                                          |
|           | Sobremesa   | Fruta da época/Arroz doce                                                                            |
|           | Vegetariano | Tofú de cebolada com esparguete <sup>1,6</sup>                                                       |
| 6.ª Feira | Sopa        | Creme de abóbora com curgete e chu chu                                                               |
|           | Prato       | Feijoada de Choco com bola de arroz branco <sup>1,5,14</sup>                                         |
|           | Salada      | Alface, tomate e cenoura                                                                             |
|           | Sobremesa   | Fruta da época                                                                                       |
|           | Vegetariano | Salada de grão de bico com batatas, cogumelos e cenoura 5                                            |

**Ementa sujeita a alterações.**

São disponibilizados pão de mistura e água à refeição.

Informação sobre potenciais alérgenos: 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.