Ementa semanal 1 a 5 de setembro de 2025

		1º ciclo
SEGUNDA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	
TERÇA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	
QUARTA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	
QUINTA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	
SEXTA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	

Legenda de alergénios:

Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivo

(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.

Assinado por: **VANESSA FILIPA CAMILO ROMÃO**
Num. de Identificação: 14324861
Data: 2025.08.08 09:46:29+01'00'
Certificado por: **Ordem dos Nutricionistas**
Atributos certificados: **Vanessa Romão, Nutricionista 3176N**

Ementa semanal 8 a 12 de setembro de 2025

1º ciclo		
SEGUNDA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	
TERÇA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	
QUARTA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	
QUINTA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	
SEXTA	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	

Legenda de alergénios:

Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivo

(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.

Assinado por: **VANESSA FILIPA CAMILO ROMÃO**
Num. de Identificação: 14324861
Data: 2025.08.08 09:48:08+01'00'
Certificado por: **Ordem dos Nutricionistas**
Atributos certificados: **Vanessa Romão, Nutricionista 3176N**

Ementa semanal 15 a 19 de setembro de 2025

		1º ciclo
SEGUNDA	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
TERÇA	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Frango grelhado com massa espiral e salada de alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta da época
QUARTA	Sopa	Curgete e espinafres
	Prato	Peixe cozido (maruca/pescada) com batata e legumes cozidos
	Sobremesa	Fruta da época
QUINTA	Sopa	Creme de couve-flor
	Prato	Bifinhos de peru com cogumelos, massa esparguete e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
SEXTA	Sopa	Puré de grão com nabiças
	Prato	Filetes de pescada no forno com limão, arroz de ervilhas e salada de alface e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta da época

Legenda de alergénios:

Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivo

(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.

Assinado por: **VANESSA FILIPA CAMILO ROMÃO**
Num. de Identificação: 14324861
Data: 2025.08.08 09:49:36+01'00'
Certificado por: **Ordem dos Nutricionistas**
Atributos certificados: **Vanessa Romão, Nutricionista 3176N**

Ementa semanal 22 a 26 de setembro de 2025

		1º ciclo
SEGUNDA	Sopa	Puré de legumes
	Prato	Salada de frango com massa, brócolos, ananás e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta da época
TERÇA	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Peixe no forno (pescada/ *red fish*) com arroz de legumes e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
QUARTA	Sopa	Creme de abóbora com agrião
	Prato	Jardineira de vitela (batata, cenoura, ervilhas) e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
QUINTA	Sopa	Feijão-verde com cenoura
	Prato	Massinha de peixe com ervas aromáticas
	Sobremesa	Fruta da época/ Sobremesa doce
SEXTA	Sopa	Canja de galinha com hortelã
	Prato	Frango estufado com arroz e salada de alface e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta

Legenda de alergénios:

Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivo

(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.

Assinado por: **VANESSA FILIPA CAMILO ROMÃO**
Num. de Identificação: 14324861
Data: 2025.08.08 09:51:25+01'00'
Certificado por: **Ordem dos Nutricionistas**
Atributos certificados: **Vanessa Romão, Nutricionista 3176N**

Ementa semanal 29 a 30 de setembro de 2025

		1º ciclo
SEGUNDA	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Filete de pescada grelhado com arroz e salada de alface e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta da época
TERÇA	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Cubinhos de carne (peru/porco) com batata assada e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
QUARTA	Sopa	
	Prato	
	Sobremesa	
QUINTA	Sopa	
	Prato	
	Sobremesa	
SEXTA	Sopa	
	Prato	
	Sobremesa	

Legenda de alergénios:

Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivo

(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.

Assinado por: **VANESSA FILIPA CAMILO ROMÃO**
Num. de Identificação: 14324861
Data: 2025.08.08 09:52:54+01'00'
Certificado por: **Ordem dos Nutricionistas**
Atributos certificados: **Vanessa Romão, Nutricionista 3176N**