

Ementa semanal 3 a 7 de fevereiro 2025



1º ciclo

S E G U N D A	Sopa	Puré de legumes
	Prato	Macarrão gratinado com frango, brócolos, milho e cenoura ralada  
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Salmão no forno com ervas aromáticas, batata e legumes salteados 
	Sobremesa	Fruta da época
Q U A R T A	Sopa	Canja 
	Prato	Bifinhos de peru com cogumelos, arroz de ervilhas e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
Q U I N T A	Sopa	Creme de couve-flor
	Prato	Bacalhau espiritual (batata, cebola, cenoura, espinafres) e salada de alface, tomate e cenoura ralada  
	Sobremesa	Fruta/ Sobremesa doce
S E X T A	Sopa	Juliana
	Prato	Lombo de porco no forno com massa e salada de alface e tomate 
	Sobremesa	Fruta

Legenda de alérgenos:



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

(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.

Ementa semanal 10 a 14 de fevereiro de 2025



1º ciclo

S E G U N D A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Filetes de pescada grelhados com arroz e salada de alface e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Peito de frango corado com laranja, batata assada e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
Q U A R T A	Sopa	Alho-francês
	Prato	Arroz de tamboril com coentros
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Feijão com agrião
	Prato	Lasanha de carne (vitela) com salada de alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta
S E X T A	Sopa	Creme de brócolos
	Prato	Peixe à gomes sá com salada de alface e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta

Legenda de alérgenos:



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.

Ementa semanal 17 a 21 de fevereiro de 2025



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Puré de legumes
	Prato	Lombinhos de frango panados com arroz e salada de alface e tomate  
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Red fish no forno com puré de batata e legumes cozidos  
	Sobremesa	Fruta
Q U A R T A	Sopa	Abóbora com nabiça
	Prato	Peru estufado com esparguete e salada de alface e tomate 
	Sobremesa	Fruta da época
Q U I N T A	Sopa	Creme de ervilhas
	Prato	Bacalhau/ pescada cozido com batata, grão e cenoura cozida 
	Sobremesa	Fruta/ Sobremesa doce
S E X T A	Sopa	Espinafres
	Prato	Arroz à valenciana (vitela, frango, salsicha) com salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta

Legenda de alergénios:



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

(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.

Ementa semanal 24 a 28 de fevereiro de 2025



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Salada russa
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Esparguete à bolonhesa com salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
Q U A R T A	Sopa	Feijão-verde com cenoura
	Prato	Lombinhos de pescada estufados com arroz e legumes salteados
	Sobremesa	Fruta da época
Q U I N T A	Sopa	Alho-francês
	Prato	Frango estufado com cenoura e ervilhas, massa espiral e salada de alface e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta
S E X T A	Sopa	Creme de abóbora com agrião
	Prato	Peixe à Brás (abrótea, pescada) com salada de alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta/ Sobremesa doce

Legenda de alergénios:



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

(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.