

Ementa semanal 1 a 3 de outubro de 2025



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	
	Prato	
	Sobremesa	
T E R Ç A	Sopa	
	Prato	
	Sobremesa	
Q U A R T A	Sopa	Nabiças
	Prato	Peixe à gomes sá (abrótea/pescada) com salada de alface e cenoura ralada  
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Espinafres
	Prato	Bifes de porco de cebolada com arroz primavera e salada de alface, tomate e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta
S E X T A	Sopa	Feijão com couve lombardo
	Prato	Tagliatelle com salmão, brócolos, milho e cenoura ralada  
	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)

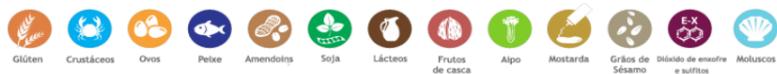
Nota: Esta ementa pode sofrer alterações por imprevistos inerentes ao serviço.



Ementa semanal 6 a 10 de outubro de 2025

1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Puré de legumes
	Prato	Hambúrguer de aves com batata salteada e salada de alface e tomate  
	Sobremesa	Fruta
T E R Ç A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Medalhões de pescada estufados com arroz e legumes salteados 
	Sobremesa	Fruta
Q U A R T A	Sopa	Creme de brócolos
	Prato	Esparguete à bolonhesa (vitela, porco) com salada de alface e tomate 
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Juliana
	Prato	Peixe cozido (maruca/pescada) com batata e legumes cozidos 
	Sobremesa	Fruta/ Sobremesa doce
S E X T A	Sopa	Puré de grão com agrião
	Prato	Arroz de aves (pato, frango) 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 13 a 17 de outubro de 2025



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Pataniscas de pescada/bacalhau com arroz de feijão e salada de alface e tomate   
	Sobremesa	Fruta
T E R Ç A	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Cubinhos de carne (porco, peru) com batata assada e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
Q U A R T A	Sopa	Creme de couve-flor
	Prato	Massinha de peixe com ervas aromáticas  
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Canja de galinha 
	Prato	Frango assado com limão, arroz de ervilhas e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
S E X T A	Sopa	Puré de feijão com espinafres
	Prato	Tortilha de peixe (pescada, abrótea) 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 20 a 24 de outubro de 2025



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Puré de legumes
	Prato	Salada de frango com massa, brócolos, ananás e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Arroz de peixe (tamboril, pescada) com coentros
	Sobremesa	Fruta da época
Q U A R T A	Sopa	Curgete e espinafres
	Prato	Jardineira de vitela (batata, cenoura, ervilhas) e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Creme de ervilhas
	Prato	<i>Red fish</i> no forno com arroz de legumes e salada de alface e cenoura ralada
	Sobremesa	Fruta da época/ Sobremesa doce
S E X T A	Sopa	Feijão-verde com cenoura
	Prato	<i>Stroganoff</i> de aves 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 27 a 31 de outubro de 2025



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Salada de atum (batata, cenoura, feijão-frade) e ovo cozido  
	Sobremesa	Fruta da época
T E R Ç A	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Almôndegas de vitela com massa esparguete e salada de alface, tomate e cenoura ralada 
	Sobremesa	Fruta da época
Q U A R T A	Sopa	Nabiças
	Prato	Salmão grelhado com arroz primavera e salada de alface e tomate 
	Sobremesa	Fruta da época
Q U I N T A	Sopa	Creme de ervilhas e cenoura
	Prato	Peitos de frango corados com laranja, massa esparguete e salada de alface e tomate 
	Sobremesa	Fruta da época
S E X T A	Sopa	Creme de brócolos
	Prato	Empadão de batata, cenoura e peixe (maruca, pescada) 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 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.