



Ementa semanal 2 a 6 de fevereiro de 2026

1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Legumes
	Prato	Tortilha de peixe (pescada/ abrótea) com salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
T E R Ç A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Peito de frango corado com laranja, arroz de legumes e salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta
Q U A R T A	Sopa	Espinafres
	Prato	Massinha de peixe (perca/ pescada) com ervas aromáticas
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Alho francês
	Prato	Bifinhos de cebolada (porco/peru) com batata e legumes cozidos
	Sobremesa	Fruta
S E X T A	Sopa	Puré de feijão com agrião
	Prato	Filetes de pescada panados no forno com limão, arroz de ervilhas 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.



Ementa semanal 9 a 13 de fevereiro de 2026

1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Lombinhos de frango panados com arroz de feijão e salada de alface e tomate 
	Sobremesa	Salada de fruta
T E R Ç A	Sopa	Legumes
	Prato	Peixe cozido (perca/ pescada) com batata e legumes cozidos 
	Sobremesa	Fruta
Q U A R T A	Sopa	Nabiças
	Prato	Lasanha de carne (porco/vitela) com salada de alface, tomate e cenoura ralada  
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Juliana
	Prato	Arroz de peixe (tamboril/ abrótea) com coentros 
	Sobremesa	Sobremesa doce/logurte/ Fruta 
S E X T A	Sopa	Espinafres
	Prato	Bifinhos de peru com cogumelos, massa esparguete e salada de alface e tomate 
	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.

Ementa semanal 16 a 20 de fevereiro de 2026



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO
	Sobremesa	
T E R Ç A	Sopa	
	Prato	S/ SERVIÇO CARNAVAL
	Sobremesa	
Q U A R T A	Sopa	Creme de ervilhas
	Prato	Filetes de salmão no forno com ervas aromáticas, batata e legumes cozidos 
	Sobremesa	Fruta da época
Q U I N T A	Sopa	Curgete e espinafres
	Prato	Rancho (massa cotovelo, grão, cenoura e feijão-verde) de vitela 
	Sobremesa	Fruta da época
S E X T A	Sopa	Caldo verde
	Prato	Peixinhos dourados (pescada/ solha) com arroz de tomate 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.

Ementa semanal 23 a 27 de fevereiro de 2026



1º ciclo		
S E G U N D A	Sopa	Creme de cenoura com coentros
	Prato	Macarrão gratinado com frango, brócolos, milho e cenoura ralada  
	Sobremesa	Salada de fruta
T E R Ç A	Sopa	Legumes
	Prato	Peixe à brás (pescada/maruca) com salada de alface, tomate e cenoura ralada  
	Sobremesa	Fruta
Q U A R T A	Sopa	Puré de grão com nabiças
	Prato	Coxa de peru estufada com massa e salada de alface e tomate 
	Sobremesa	Fruta
Q U I N T A	Sopa	Feijão verde com cenoura
	Prato	Medalhões de pescada estufados com arroz e legumes cozidos 
	Sobremesa	Sobremesa doce/ logurte/ Fruta da época 
S E X T A	Sopa	Canja 
	Prato	Jardineira de vitela (batata, cenoura, ervilhas) com salada de alface
	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.