

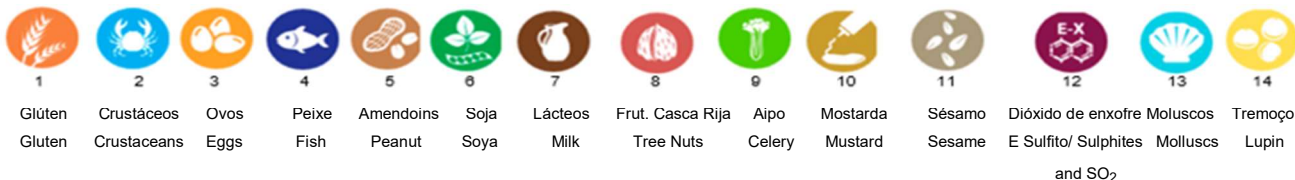


<b>segunda-feira</b>	Sopa	Repolho	<b>A</b>
<b>14 de outubro</b>	Prato	Panados de peru com esparguete [1, 3]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, cenoura, maçã e couve roxa	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Bolo de iogurte [1, 3, 7]	<b>A   B</b>
<b>terça-feira</b>	Sopa	Creme de cenoura	<b>A</b>
<b>15 de outubro</b>	Prato	Tagliatelli de salmão com brócolos e milho doce [1, 4]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, tomate e beterraba raspada	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Mousse de chocolate [3, 7]	<b>A   B</b>
<b>quarta-feira</b>	Sopa	Couve coração e feijão vermelho	<b>A</b>
<b>16 de outubro</b>	Prato	Frango assado com arroz e feijão preto [12]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, cebola e tomate	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Gelatina [12]	<b>A   B</b>
<b>quinta-feira</b>	Sopa	Creme de abóbora e manjeriço	<b>A</b>
<b>17 de outubro</b>	Prato	Bacalhau com natas [4,7]	<b>C</b>
	Hortícolas	Alface, pepino, tomate e cebola	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Arroz doce sem ovo [7]	<b>A   B</b>
<b>sexta-feira</b>	Sopa	Alho francês	<b>A</b>
<b>18 de outubro</b>	Prato	Lombo de porco com arroz de cenoura [12]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, pepino, cebola, tomate, pimento verde e azeitona	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Salada de fruta [12]	<b>A   B</b>

Validado por:  
Nutricionista Ana Pinto Rodrigues  
C.P – 1280N

### Notas:

- Esta ementa está sujeita a alterações por motivos imprevistos.
- Na ementa encontra números que correspondem à legenda em baixo de cada alérgico:



- Estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas, para quem não é alérgico ou intolerante.
- A ementa está classificada segundo o princípio "Nutri – Score", de A a E com uma escala de cores de verde para vermelho. A classificação realizada só é válida entre o mesmo tipo de alimentos. Exemplo: comparação entre os diferentes tipos de sobremesas doces.