

segunda-feira	Sopa	Alho francês	A
31 de março	Prato	Vitela assada com arroz de ervilhas [12]	B
	Opção	Abrótea assada c/ batata aos cubos "frita" e migas de broa e couve [1, 4, 12] 	A
	Vegetariana	Seitan assado com batata aos cubos "frita" [6, 12]	B
	Hortícolas	Salada de alface, tomate, cebola, pimento	A
	Sobremesa	Fruta da época / Arroz doce [3, 7]	A B
terça-feira	Sopa	Crema de brócolos	A
1 de abril	Prato	Talharim de salmão com brócolos e milho doce [1, 4, 12]	B
	Opção	Tranches vitela estufada com arroz primavera [12] 	A
	Vegetariana	Empadão de massa com soja e legumes [1, 6, 7]	B
	Hortícolas	Alface, pepino, tomate e cebola	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época / Bolo de Laranja [1, 3]	A B

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

Notas:

- Esta ementa está sujeita a alterações por motivos imprevistos.
- Na ementa existe o símbolo de , este é o prato recomendado pela nutricionista, entre o "prato" e a "opção".
- Na ementa encontra números que correspondem à legenda em baixo de cada alérgico:

													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Glúten	Crustáceos	Ovos	Peixe	Amendoins	Soja	Lácteos	Frut. Casca Rija	Aipo	Mostarda	Sésamo	Dióxido de enxofre	Moluscos	Tremoço
Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Peanut	Soya	Milk	Tree Nuts	Celery	Mustard	Sesame	E Sulfito/ Sulphites and SO ₂	Molluscs	Lupin

- 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.