

segunda-feira	Sopa	Creme de legumes	A
27 de janeiro	Prato	Hambúrguer de aves com esparguete em azeite e alho [1]	B
	Hortícolas	Alface, tomate, pepino e cebola	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
terça-feira	Sopa	À lavrador	A
28 de janeiro	Prato	Perca assada com arroz primavera [4]	A
	Hortícolas	Salada de alface, tomate cebola e pepino	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
quarta-feira	Sopa	Canja	A
29 de janeiro	Prato	Vitela assada com batata a murro e brócolos [1]	A
	Hortícolas	Alface, pepino e couve branca	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
quinta-feira	Sopa	Creme de brócolos	A
30 de janeiro	Prato	Bacalhau com natas [1, 4, 7]	C
	Hortícolas	Salada de alface, tomate e beterraba	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
sexta-feira	Sopa	Feijão verde	A
31 de janeiro	Prato	Lombo de porco com batata "frita" [12]	B
	Hortícolas	Alface, pepino, tomate, cebola, pimento e azeitona	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A

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 alergénio:



- 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.