

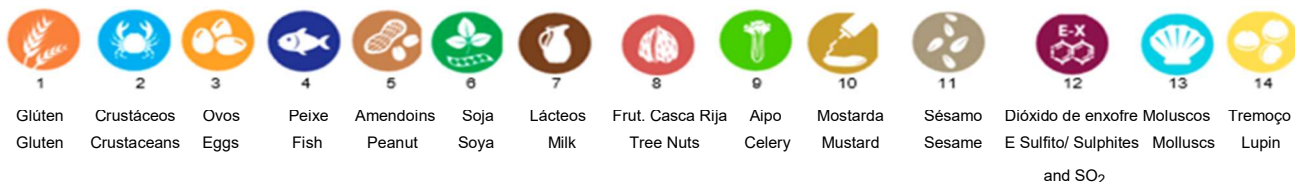


segunda-feira	Sopa	Creme de legumes	A
10 de março	Prato	Solha assada em cama de cebolada e pimentos com arroz seco [4]	A
	Hortícolas	Tomate, cenoura, alface	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Bolo de laranja [1,3, 7]	A B
terça-feira	Sopa	Juliana	A
11 de março	Prato	Massa à carbonara (sem ovo) [1,7, 12]	B
	Hortícolas	Alface, couve roxa e pepino	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Maça assada	A B
quarta-feira	Sopa	Creme de abóbora	A
12 de março	Prato	Abrótea assada com batatas às rodelas [4]	A
	Hortícolas	Alface, tomate e pepino	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Bolo de chocolate [1, 3, 7]	A B
quinta-feira	Sopa	À lavrador	A
13 de março	Prato	Costeleta de porco assada com arroz de brócolos [12]	B
	Hortícolas	Alface, cebola, tomate e pimento	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Pera assada com canela	A B
sexta-feira	Sopa	Caldo verde	A
14 de março	Prato	Bacalhau com broa e batata assada [1,4]	B
	Hortícolas	Alface, pepino e tomate	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Salada de fruta	A B

Validado por:
Ana Pinto Rodrigues
Nutricionista 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.