



segunda-feira	Sopa	Repolho	A
26 de maio	Prato	Coxa de peru assada com batata assada [12]	B
	Hortícolas	Alface, cenoura, maça e couve roxa	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Bolo de iogurte [1,3,7]	A B
terça-feira	Sopa	Creme de cenoura	A
27 de maio	Prato	Abrótea assada com arroz de ervilhas [4]	A
	Hortícolas	Alface, tomate e pepino	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Pera assada com canela	A B
quarta-feira	Sopa	Couve coração e feijão vermelho	A
28 de maio	Prato	Perna de frango assada com batatas "fritas" aos palitos e arroz [12]	A
	Hortícolas	Alface, pepino e couve branca	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Bolo de coco [1,3,7]	A B
quinta-feira	Sopa	Creme de abóbora e espinafres	A
29 de maio	Prato	Bacalhau com natas [1,4,7]	C
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pimento	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Maça assada	A B
Sexta - feira	Sopa	Alho francês	A
30 de maio	Prato	Lombo de porco com arroz de cenoura [12]	A
	Hortícolas	Alface, pepino, tomate e cebola	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 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	Molluscs	Lupin

and SO₂

- 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.