

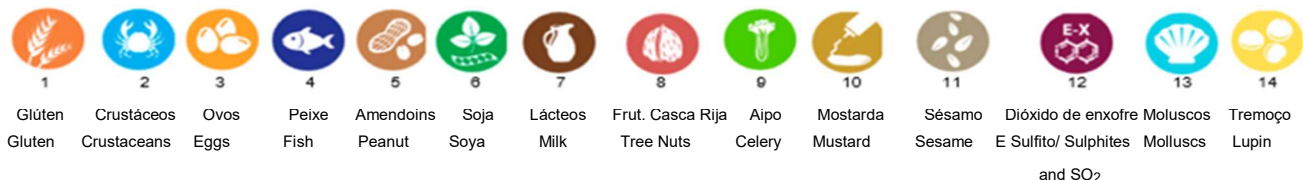


| | | | |
|------------------------|------------|---|--------------|
| segunda-feira | Sopa | Creme de cenoura | A |
| 17 de fevereiro | Prato | Hambúrguer de carne com batata “frita” aos palitos [12] | B |
| | Hortícolas | Alface, pepino e couve branca | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Pera assada com canela | A B |
| terça-feira | Sopa | Grão e cebola | A |
| 18 de fevereiro | Prato | Solha no forno com arroz de cenoura [4] | A |
| | Hortícolas | Alface, cenoura raspada e tomate | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Bolo de maçã [1, 3, 7] | A B |
| quarta-feira | Sopa | Juliana | A |
| 19 de fevereiro | Prato | Lasanha de carne [1, 7] | B |
| | Hortícolas | Alface, couve roxa, maçã e cenoura raspada | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Salada de fruta | A B |
| quinta-feira | Sopa | Lavrador | A |
| 20 de fevereiro | Prato | Bacalhau desfiado com broa, batata assada e espinafres [1, 4] | B |
| | Hortícolas | Alface, tomate, cebola e pimento | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Bolo de cenoura [1, 3, 7] | A B |
| sexta-feira | Sopa | Creme de legumes | A |
| 21 de fevereiro | Prato | Entrecosto com arroz de ervilhas [12] | B |
| | Hortícolas | Alface, tomate, pepino e cebola | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Maçã assada | 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.