



| | | | |
|------------------------|------------|--|--------------|
| segunda-feira | Sopa | Juliana | A |
| 24 de fevereiro | Prato | Solha assada com batata aos cubos [4] | A |
| | Hortícolas | Alface, tomate e pepino | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Maça assada | A B |
| terça-feira | Sopa | Creme de ervilhas | A |
| 25 de fevereiro | Prato | Lombo assado com arroz de cenoura [12] | A |
| | Hortícolas | Alface, cenoura e pepino | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Bolo mármore [1, 3, 7] | A B |
| quarta-feira | Sopa | Alho francês | A |
| 26 de fevereiro | Prato | Lasanha de atum com espinafres [1, 4, 7] | B |
| | Hortícolas | Alface, pepino e couve branca | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Salada de fruta | A B |
| quinta-feira | Sopa | Cenoura e feijão verde | A |
| 27 de fevereiro | Prato | Perna de frango assada com arroz de ervilhas [12] | A |
| | Hortícolas | Alface, tomate, cebola e pimento | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Bolo de coco [1, 3, 7] | A B |
| sexta-feira | Sopa | Abóbora e manjeriço | A |
| 28 de fevereiro | Prato | Abrótea com crosta de broa e batata às rodelas [1,4] | B |
| | Hortícolas | Alface, tomate, pepino e cebola | A |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época/ Pera assada com canela | 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.