



segunda-feira	Sopa	Creme de legumes	A
23 de junho	Prato	Fusili de salmão, brócolos e milho [1; 4]	A
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pimento	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Mousse de chocolate [7]	A C
terça-feira	Sopa	Caldo verde	A
24 de junho	Prato	Pá de porco assada com arroz de legumes [12]	B
	Hortícolas	Alface, couve roxa e pepino	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Pudim flã [7, 12]	A C
quarta-feira	Sopa	Creme de abóbora	A
25 de junho	Prato	Abrótea assada com batatas às rodelas [4]	A
	Hortícolas	Alface, couve roxa, maçã e cenoura	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Mousse de morango [7]	A B
quinta-feira	Sopa	À lavrador	A
26 de junho	Prato	Massa à carbonara (sem ovo) [1,7, 12]	B
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e cenoura	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Pudim de chocolate [6, 7, 12]	A B
sexta-feira	Sopa	Juliana	A
27 de junho	Prato	Solha assada com broa e arroz de ervilhas [1, 4]	A
	Hortícolas	Alface, tomate e cenoura	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Mousse de ananás [7]	A C

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:

													
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 SO ₂		

- 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.