



<b>segunda-feira</b>	Sopa	Creme de legumes	<b>A</b>
<b>10 de março</b>	Prato	Panados de frango com arroz primavera [1,3,12]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, pepino e milho	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Maça assada	<b>A   B</b>
<b>terça-feira</b>	Sopa	Juliana	<b>A</b>
<b>11 de março</b>	Prato	Macarrão gratinado com atum e cogumelos [1,4,7]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, pepino e couve branca	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Leite creme [3, 7]	<b>A   C</b>
<b>quarta-feira</b>	Sopa	Creme de abóbora	<b>A</b>
<b>12 de março</b>	Prato	Perna de frango assada com arroz de brócolos [12]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, cenoura e tomate.	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Molotof [3]	<b>A   B</b>
<b>quinta-feira</b>	Sopa	À lavrador	<b>A</b>
<b>13 de março</b>	Prato	Bacalhau com natas [1, 4, 7]	<b>C</b>
	Hortícolas	Alface, pepino, tomate, cebola e pimento	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Mousse de chocolate [3, 7]	<b>A   B</b>
<b>sexta-feira</b>	Sopa	Caldo verde	<b>A</b>
<b>14 de março</b>	Prato	Perna de porco com arroz de cenoura [12]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, tomate e pepino	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Gelatina [12]	<b>A   B</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:



- 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.