



segunda-feira	Sopa	Creme de cenoura	A
16 de setembro	Prato	Salmão assado com batata a murro [4]	B
	Hortícolas	Salada de alface, tomate e beterraba	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Maça assada	A B
terça-feira	Sopa	Grão e cebola	A
17 de setembro	Prato	Hambúrguer de frango com batata “frita” aos palitos [12]	B
	Hortícolas	Salada de alface, tomate cebola e pepino	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Gelatina [1, 3, 7]	A B
quarta-feira	Sopa	Juliana	A
18 de setembro	Prato	Abrótea com arroz de cenoura [4]	A
	Hortícolas	Alface, pepino e couve branca	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Mousse de chocolate [3, 7]	A B
quinta-feira	Sopa	Lavrador	A
19 de setembro	Prato	Entrecosto com esparguete [1,12]	A
	Hortícolas	Alface, pepino, tomate, cebola, pimento e azeitona	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Leite creme [3, 7]	A B
sexta-feira	Sopa	Creme de legumes	A
20 de setembro	Prato	Salada de grão, batata, ovo e bacalhau lascado [1, 4]	A
	Hortícolas	Alface, tomate, pepino e cebola	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Gelatina [12]	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 Sulfite/ Sulphites and SO ₂	Molluscs	Lupin

- 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.