



segunda-feira	Sopa	Juliana	A
2 de dezembro	Prato	Panados de peru com arroz de ervilhas [1, 3]	A
	Hortícolas	Alface, tomate e beterraba	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Maça assada [8]	A B
terça-feira	Sopa	Creme de ervilhas	A
3 de dezembro	Prato	Tagliateli de salmão com brócolos e milho [1,4]	A
	Hortícolas	Alface, tomate cebola e pepino	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Bolo de laranja [1,3, 7]	A B
quarta-feira	Sopa	Alho francês	A
4 de dezembro	Prato	Frango assado com arroz [12]	A
	Hortícolas	Alface, pepino e couve branca	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Mousse de chocolate [3, 7]	A B
quinta-feira	Sopa	Cenoura e feijão verde	A
5 de dezembro	Prato	Bacalhau com natas [4,7]	C
	Hortícolas	Alface, pepino, tomate, cebola, pimento e azeitona	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Salada de fruta	A B
sexta-feira	Sopa	Abóbora e manjeriço	A
6 de dezembro	Prato	Lombo de porco com arroz de cenoura	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 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.