



<b>segunda-feira</b>	Sopa	Alho francês	<b>A</b>
<b>23 de setembro</b>	Prato	Panados de peru com esparguete [1, 3]	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de alface, tomate e beterraba	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Maça assada [8]	<b>A   B</b>
<b>terça-feira</b>	Sopa	Couve coração com feijão vermelho	<b>A</b>
<b>24 de setembro</b>	Prato	Salmão assado com batata a murro [4]	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de alface, tomate cebola e pepino	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Gelatina [1, 3, 7]	<b>A   B</b>
<b>quarta-feira</b>	Sopa	Creme de legumes	<b>A</b>
<b>25 de setembro</b>	Prato	Frango assado com arroz e feijão preto [12]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, pepino e couve branca	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Mousse de chocolate [3, 7]	<b>A   B</b>
<b>quinta-feira</b>	Sopa	Couve coração	<b>A</b>
<b>26 de setembro</b>	Prato	Bacalhau com natas [4,7]	<b>C</b>
	Hortícolas	Alface, pepino, tomate, cebola, pimento e azeitona	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Leite creme [3, 7]	<b>A   B</b>
<b>sexta-feira</b>	Sopa	Creme de cenoura	<b>A</b>
<b>27 de setembro</b>	Prato	Lombo de porco com arroz de cenoura [12]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, tomate, pepino e cebola	<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 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.