



<b>segunda-feira</b>	Sopa	Repolho	<b>A</b>
<b>10 de fevereiro</b>	Prato	Solha assada com batata aos cubos [4]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pepino	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Bolo de cenoura [1, 3, 7]	<b>A   B</b>
<b>terça-feira</b>	Sopa	Creme de cenoura	<b>A</b>
<b>11 de fevereiro</b>	Prato	Lombo assado com arroz de cenoura [12]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, pepino e couve roxa	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Gelatina [12]	<b>A   B</b>
<b>quarta-feira</b>	Sopa	Couve coração e feijão vermelho	<b>A</b>
<b>12 de fevereiro</b>	Prato	Lasanha de atum com espinafres [1, 4, 7]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pimento	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Leite creme [3, 7]	<b>A   B</b>
<b>quinta-feira</b>	Sopa	Creme de abóbora e espinafres	<b>A</b>
<b>13 de fevereiro</b>	Prato	Perna de frango assada com arroz de ervilhas [12]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, tomate, pepino e cebola	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Molotoff [3, 8]	<b>A   B</b>
<b>Sexta-feira</b>	Sopa	Alho francês	<b>A</b>
<b>14 de fevereiro</b>	Prato	Abrótea com crosta de broa e batata às rodelas [1,4]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, pepino e couve branca	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Mousse de chocolate [3, 7]	<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.