

segunda-feira	Sopa		
1 de Abril	Prato		Tolerância
	Opção		
	Vegetariana		
	Hortícolas		
	Sobremesa		
	Doce		
terça-feira	Sopa	Caseira	A
2 de Abril	Prato	Peru assado com arroz de legumes [12]	A
	Opção	Solha gratinada c/ batata wedge [4, 12]	A
	Vegetariana	Gratinado de couve flor [1, 12]	A
	Hortícolas	Salada de alface, tomate e beterraba	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Queijadas [1, 3, 7]	C
quarta-feira	Sopa	Espinafres	A
3 de Abril	Prato	Tagliatele c/ salmão e brócolos [1, 4]	A
	Opção	Lombo de porco assado com laranja e arroz [12]	A
	Vegetariana	Quinoa de brócolos [12]	A
	Hortícolas	Alface, couve roxa e cenoura	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Leite creme [3, 7]	B
quinta-feira	Sopa	Cenoura, curgete e batata doce	A
4 de abril	Prato	Bifes de frango panados c/ massa [1, 3]	B
	Opção	Pescada em camada de cebolada e pimentos c/ puré de batata [4, 7, 12]	A
	Vegetariana	Feijoada de soja [6, 12]	B
	Hortícolas	Alface, pepino e cebola	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Pudim caseiro [1, 3, 7]	C
sexta-feira	Sopa	Couve-Flor	A
5 de abril	Prato	Pataniscas no forno com salada de feijão frade [1, 3, 4, 7]	B
	Opção	Arroz de pato [7, 12]	C
	Vegetariana	Cuscuz c/ salteado de cogumelos, cenoura e alho francês [1]	A
	Hortícolas	Alface, cenoura e milho	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Gelatina [12]	B

Validado por:
Nutricionista Ana Pinto Rodrigues
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 alérgeno:



- Estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas, para quem não é alérgico ou intolerante
- Ementa classificada segundo o princípio de avaliação "Nutri – Score", para saber mais consulte:

<https://alimentacaosaudavel.dgs.pt/descodificador-de-rotulos/>