

segunda-feira	Sopa	Beterraba com espinafres	A
8 de abril	Prato	Posta pescada com crosta de broa com batata wedge [1, 4, 12]	A
	Opção	Costeleta de porco grelhada com arroz de legumes [12]	A
	Vegetariana	Guisado de soja com cogumelos [1, 6, 7, 12]	B
	Hortícolas	Salada de alface, cenoura e couve-roxa	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Leite creme [1, 3, 7]	B
terça-feira	Sopa	Feijão verde	A
9 de abril	Prato	Bife de peru grelhado com massa salteada [1, 12]	B
	Opção	Abrótea gratinada e puré de batata e cenoura [3, 4, 7]	A
	Vegetariana	Salteado de legumes (cogumelos, pimento, cenoura e alho francês) [6]	A
	Hortícolas	Salada de alface, tomate e milho	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Pudim de baunilha [1, 3, 7]	C
quarta-feira	Sopa	Creme de brócolos	A
10 de abril	Prato	Salmão grelhado com batata cozida [4]	A
	Opção	Frango estufado com ervilhas e cenoura e massa [1, 12]	A
	Vegetariana	Caril de grão com arroz [6]	A
	Hortícolas	Salada alface, cenoura e couve-roxa	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Mousse de chocolate [7, 8]	B
quinta-feira	Sopa	Alho francês	A
11 de abril	Prato	Escalopes de porco com arroz de cenoura [12]	A
	Opção	Lasanha de atum e legumes (cenoura e espinafres) [1, 4, 7, 12]	A
	Vegetariana	Jardineira de cogumelos brancos [6, 12]	A
	Hortícolas	Salada alface, beterraba e pepino	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Gelatina [12]	A
sexta-feira	Sopa	Caseira	A
12 de abril	Prato	Feijoada de chocos com arroz [13]	A
	Opção	Massa de frango com penca [1]	A
	Vegetariana	Beringela recheada com broa e legumes [1, 6]	A
	Hortícolas	Salada de alface, tomate e cenoura	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Salada de fruta	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
- Ementa classificada segundo o princípio de avaliação "Nutri - Score", para saber mais consulte:

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