

segunda-feira	Sopa	Brócolos	A
25 de março	Prato	Peito de peru grelhado com massa salteada [1]	A
	Opção	Pescada estufada com puré de batata [4, 7]	A
	Vegetariana	Salada de massa, grão, tomate cherry e brócolos [1]	A
	Hortícolas	Alface, cenoura e beterraba	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Bolo de Laranja [1, 3]	B
	terça-feira	Sopa	Juliana
26 de março	Prato	Lombo de porco agri-doce com abacaxi e arroz de cenoura [12]	B
	Opção	Solha assada com batata salteada e molho verde [4]	A
	Vegetariana	Bolonhesa de soja [1, 6, 12]	B
	Hortícolas	Alface, beterraba e milho	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Queijadas [1, 3, 7]	C
	quarta-feira	Sopa	Cenoura e feijão verde
27 de março	Prato	Bacalhau com natas [1, 4, 7]]	C
	Opção	Frango estufado com ervilhas e esparguete [1, 12]	A
	Vegetariana	Jardineira de soja [6, 12]	A
	Hortícolas	Alface, cenoura e maçã	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Gelatina [12]	B
	quinta-feira	Sopa	
28 de março	Prato		
	Opção		
	Vegetariana		
	Hortícolas		
	Sobremesa		
	Doce		
sexta-feira	Sopa		
29 de março	Prato		
	Opção		
	Vegetariana		
	Hortícolas		
	Sobremesa		
	Doce		

Tolerância

Feriado

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 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.dgs.pt/descodificador-de-rotulos/>