

<b>segunda-feira</b>	Sopa	Creme de brócolos	<b>A</b>
<b>29 de abril</b>	Prato	Peito de peru grelhado com massa salteada [1]	<b>A</b>
	Opção	Pescada estufada com puré de batata [4, 7]	<b>A</b>
	Vegetariana	Salada de massa, grão, tomate cherry, espinafres e orégãos [1]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, cenoura e beterraba	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época	<b>A</b>
	Doce	Bolo de Laranja [1, 3]	<b>B</b>
	<b>terça-feira</b>	Sopa	Juliana
<b>30 de abril</b>	Prato	Lombo de porco agri-doce com abacaxi e arroz de cenoura [12]	<b>B</b>
	Opção	Solha assada com batata salteada e molho verde [4]	<b>A</b>
	Vegetariana	Bolonhesa de soja [1, 6, 12]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, beterraba e milho	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época	<b>A</b>
	Doce	Gelatina [12]	<b>B</b>
	<b>quarta-feira</b>	Sopa	
<b>1 de maio</b>	Prato	<h1>Feriado</h1>	
	Opção		
	Vegetariana		
	Hortícolas		
	Sobremesa		
	Doce		
<b>quinta-feira</b>	Sopa	Cenoura e feijão verde	<b>A</b>
<b>2 de maio</b>	Prato	Bacalhau com natas [1, 4, 7]]	<b>C</b>
	Opção	Frango estufado com ervilhas e puré de batata [1, 12]	<b>A</b>
	Vegetariana	Jardineira de soja [6, 12]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, cenoura e maçã	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época	<b>A</b>
	Doce	Queijadas [1, 3, 7]	<b>C</b>
<b>sexta-feira</b>	Sopa	À camponesa	<b>A</b>
<b>3 de maio</b>	Prato	Strogonoff de peru com arroz branco	<b>B</b>
	Opção	Perca gratinada com puré de batata e cenoura	<b>A</b>
	Vegetariana	Massada de feijão branco [1, 12]	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de tomate, pepino e alface	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca	<b>A</b>
	Doce	Leite creme [3, 7]	<b>B</b>



## Dia do Trabalhador

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 alérgico:



Glúten    Crustáceos    Ovos    Peixe    Amendoins    Soja    Lácteos    Frut. Casca Rija    Aipo    Mostarda    Sésamo    Dióxido de enxofre    Moluscos    Tremoço  
Gluten    Crustaceans    Eggs    Fish    Peanut    Soya    Milk    Tree Nuts    Celery    Mustard    Sesame    E Sulfito/ Sulphites    Molluscs    Lupin

and SO<sub>2</sub>

- 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/>