

Ano: 2024

Local: Cantina de prados

Período: Almoço



segunda-feira	Sopa	Juliana	A
29 de julho	Prato	Robalo assado em cama de cebola e pimentos com batata assada e molho verde	A
	Opção	Lombo de porco com arroz de legumes [12]	B
	Vegetariana	Salteado de legumes com cuscuz [1]	A
	Hortícolas	Salada de alface, tomate e cenoura	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Leite creme [1, 3, 7]	B
	terça-feira	Sopa	Grão e cebola
30 de julho	Prato	Panados de aves com arroz de feijão vermelho [1, 12]	B
	Opção	Solha estufada com puré de batata e brócolos cozidos [4, 7, 12]	A
	Vegetariana	Pica-pau vegan de seitan com fusili salteado [1, 6]	A
	Hortícolas	Salada de alface, couve-roxa e cenoura	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época	A
	Doce	Mousse de chocolate [3, 7]	B
quarta-feira	Sopa	Creme de legumes	A
31 de julho	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de legumes [4, 12]	B
	Opção	Tranches de vitela estufada com esparguete [1, 12]	B
	Vegetariana	Feijoada de soja [6, 12]	A
	Hortícolas	Salada de alface, pimento e cenoura	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Doce	Gelatina [12]	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:

