

segunda-feira	Sopa	Creme de cenoura	A
11 de março	Prato	Vitela assada com arroz seco ^{1,12}	A
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Doce	A deferir	
terça-feira	Sopa	Grão com cebola	A
12 de março	Prato	Perca grelhada com batata a murro ^{4,12}	A
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Doce	A deferir	
quarta-feira	Sopa	Juliana	A
13 de março	Prato	Peito de peru com massa salteada ^{1, 12}	B
	Hortícolas	Salada de alface, pepino e cebola	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Doce	A deferir	
quinta-feira	Sopa	Lavrador	A
14 de março	Prato	Salmão grelhado com batata a murro ^{4,12}	A
	Hortícolas	Salada de alface, pepino e cebola	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Doce	A deferir	
sexta-feira	Sopa	Creme de legumes	A
15 de março	Prato	Hambúrguer com ovo e arroz primavera ^{1, 3}	B
	Hortícolas	Abrótea assada com arroz de tomate ^{4,12}	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Doce	A deferir	

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