

<b>segunda-feira</b>	Sopa	Creme de legumes	<b>A</b>
<b>15 de julho</b>	Prato	Hambúrguer com arroz seco <sup>12</sup>	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta da época	<b>A</b>
	Doce	A definir	
<b>terça-feira</b>	Sopa	Juliana	<b>A</b>
<b>16 de julho</b>	Prato	Perca grelhada com batata a murro <sup>4, 12</sup>	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta da época	<b>A</b>
	Doce	Leite-creme <sup>1,3,7</sup>	<b>B</b>
<b>quarta-feira</b>	Sopa	A definir	
<b>17 de julho</b>	Prato	Vitela assada com arroz de cenoura <sup>8, 12</sup>	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta da época	<b>A</b>
	Doce	A definir	
<b>quinta-feira</b>	Sopa	Creme de abobora	<b>A</b>
<b>18 de julho</b>	Prato	Bacalhau com broa <sup>1, 4, 12</sup>	<b>C</b>
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta da época	<b>A</b>
	Doce	A definir	
<b>sexta-feira</b>	Sopa	Couve flor e cenoura	<b>A</b>
<b>19 de julho</b>	Prato	Massa com bacon <sup>1, 7, 12</sup>	<b>C</b>
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta da época	<b>A</b>
	Doce	A definir	

Validado por:  
Ana Pinto Rodrigues  
Nutricionista C.P – 1280N

### Nota:

- Esta ementa está sujeita a alterações por motivos imprevistos.
- Na ementa encontra números que correspondem à legenda em baixo de cada alérgico:



- Estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas, para quem não é alérgico e/ ou intolerante.
- Ementa classificada segundo o princípio de avaliação “Nutri – Score”, para saber mais consulte:

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