

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	Mousse de chocolate ^{7, 8}	B	
	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	Bolo de coco ^{1, 3, 7}	C	
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	Gelatina ¹²	A
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	Leite-creme ^{1, 3, 7}	B
sexta-feira	Sopa	Creme de legumes	A	
	15 de março	Prato	Hambúrguer com ovo e arroz primavera ^{1, 3}	B
		Hortícolas	Salada de alface, pepino e cebola	A
		Sobremesa	Fruta da época	A
		Doce	Bolo de cenoura ^{1, 3, 7}	C

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/>