

segunda-feira	Sopa	Creme de cenoura	A
11 de março	Prato	Lombo de porco com assada com arroz seco ¹²	A
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Doce	Gelatina ¹²	A
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	Leite-creme ^{1,3,7}	B
quarta-feira	Sopa	Juliana	A
13 de março	Prato	Frango assado com massa ¹²	A
	Hortícolas	Salada de alface, pepino e cebola	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Doce	Mousse de chocolate ^{7,8}	B
quinta-feira	Sopa	Lavrador	A
14 de março	Prato	Salmão grelhado com arroz ^{4,12}	A
	Hortícolas	Salada de alface, pepino e cebola	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Sobremesa	Salada de fruta	B
sexta-feira	Sopa	Creme de legumes	A
15 de março	Prato	Bife de peru grelhado com massa salteada em alho ^{1,12}	B
	Hortícolas	Abrótea assada com arroz de tomate ^{4,12}	A
	Sobremesa	Fruta da época	A
	Doce	Bolo de laranja ^{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/>