

<b>segunda-feira</b>	Sopa	Espinafres	<b>A</b>
<b>17 de junho</b>	Prato	Massa cortada com atum <sup>1, 4</sup>	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta da época	<b>A</b>
	Doce	Gelatina <sup>12</sup>	<b>A</b>
<b>terça-feira</b>	Sopa	Feijão verde	<b>A</b>
<b>18 de junho</b>	Prato	Vitela assada com arroz seco <sup>1,12</sup>	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta da época	<b>A</b>
	Doce	Mousse de chocolate <sup>7, 8</sup>	<b>B</b>
<b>quarta-feira</b>	Sopa	Creme de brócolos	<b>A</b>
<b>19 de junho</b>	Prato	Salmão grelhado 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>quinta-feira</b>	Sopa	Alho francês	<b>A</b>
<b>20 de junho</b>	Prato	Panado de frango com massa salteada em alho <sup>1,3, 12</sup>	<b>B</b>
	Hortícolas	Salada de tomate, cenoura e alface	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta da época	<b>A</b>
	Doce	Pudim caseiro <sup>1, 3, 7</sup>	<b>C</b>
<b>sexta-feira</b>	Sopa	Caseira	<b>A</b>
<b>21 de junho</b>	Prato	Perca grelhada com arroz seco <sup>4,12</sup>	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de alface, pepino e cebola	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta da época	<b>A</b>
	Doce	Bolo de coco <sup>1, 3, 7</sup>	<b>C</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 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/>