

<b>segunda-feira</b>	Sopa	Creme de legumes	<b>A</b>
<b>9 de dezembro</b>	Prato	Hambúrguer de aves com esparguete em azeite e alho [1]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, tomate, pepino e cebola	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Massa assada [8]	<b>A   B</b>
<b>terça-feira</b>	Sopa	À lavrador	<b>A</b>
<b>10 de dezembro</b>	Prato	Perca assada com arroz primavera [4]	<b>A</b>
	Hortícolas	Salada de alface, tomate cebola e pepino	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Molotof [3]	<b>A   B</b>
<b>quarta-feira</b>	Sopa	Canja	<b>A</b>
<b>11 de dezembro</b>	Prato	Vitela assada com batata a murro e brócolos [1]	<b>A</b>
	Hortícolas	Alface, pepino e couve branca	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Leite creme [3,7]	<b>A   B</b>
<b>quinta-feira</b>	Sopa	Creme de brócolos	<b>A</b>
<b>12 de dezembro</b>	Prato	Bacalhau com natas [1, 4, 7]	<b>C</b>
	Hortícolas	Salada de alface, tomate e beterraba	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Mousse de chocolate [3, 7]	<b>A   B</b>
<b>sexta-feira</b>	Sopa	Feijão verde	<b>A</b>
<b>13 de dezembro</b>	Prato	Lombo de porco com batata "frita" [12]	<b>B</b>
	Hortícolas	Alface, pepino, tomate, cebola, pimento e azeitona	<b>A</b>
	Sobremesa	Fruta fresca da época/ Gelatina [12]	<b>A   B</b>

Validado por:  
Nutricionista Ana Pinto Rodrigues  
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:

													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Glúten	Crustáceos	Ovos	Peixe	Amendoins	Soja	Lácteos	Frut. Casca Rija	Aipo	Mostarda	Sésamo	Dióxido de enxofre	Moluscos	Tremoço
Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Peanut	Soya	Milk	Tree Nuts	Celery	Mustard	Sesame	E Sulfito/ Sulphites	Molluscs	Lupin
											and SO <sub>2</sub>		

- Estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas, para quem não é alérgico ou intolerante.
- A ementa está classificada segundo o princípio "Nutri – Score", de A a E com uma escala de cores de verde para vermelho. A classificação realizada só é válida entre o mesmo tipo de alimentos. Exemplo: comparação entre os diferentes tipos de sobremesas doces.