

segunda-feira	Sopa	Creme de legumes	A
5 de maio	Prato	Costeleta assada com arroz de salsa e alho [12]	B
	Opção	Red fish assado com batata asada [4]	A
	Vegetariana	Tofu à cervejeiro com cogumelos e arroz de salsa e alho [10, 12]	B
	Hortícolas	Alface, tomate e cenoura	A
	Sobremesa	Fruta da época / Bolo de maça [1, 3, 7]	A B
terça-feira	Sopa	Creme de ervilhas	A
6 de maio	Prato	Abrótea assada com arroz de cenoura [4]	B
	Opção	Peru assado com laranja e arroz de cenoura [12]	A
	Vegetariana	Soja à bolonhesa com esparguete [1, 6, 12]	B
	Hortícolas	Alface, pepino, cebola e tomate	A
	Sobremesa	Fruta fresca da época / Mousse de chocolate [3, 7]	A B
quarta-feira	Sopa	Alho francês	A
7 de maio	Prato	Lombo de porco c/ batata wedge e feijão verde ao alho [12]	B
	Opção	Chocos estufados com ervilhas e arroz branco [12, 13]	B
	Vegetariana	Caril de grão e legumes com arroz branco [6, 12]	A
	Hortícolas	Alface, couve roxa, maça e cenoura raspada	A
	Sobremesa	Fruta da época / Leite creme [3, 7]	A B
quinta-feira	Sopa	Cenoura e feijão verde	A
8 de maio	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate [1, 3, 4, 12]	B
	Opção	Frango assado com batata assada [12]	A
	Vegetariana	Salteado de cogumelos brancos, pimento, cenoura e alho francês com arroz selvagem [6, 7]	A
	Hortícolas	Alface, pepino e tomate	A
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina [12]	A B
sexta-feira	Sopa	Camponesa	A
9 de maio	Prato	Vitela assada com arroz de brócolos [12]	B
	Opção	Solha gratinada c/ migas de feijão-frade com broa e couve galega [1, 4, 7, 12]	B
	Vegetariana	Seitan assado c/ migas de feijão-frade com broa e couve galega [1, 6, 12]	A
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pimento	A
	Sobremesa	Fruta da época / Aletria sem ovos [1, 7]	A B

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

Notas:

- Esta ementa está sujeita a alterações por motivos imprevistos.
- Na ementa existe o símbolo de , este é o prato recomendado pela nutricionista, entre o "prato" e a "opção".
- 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
Gluten	Crustáceos	Ovos	Peixe	Amendoins	Soja	Lacteos	Frut. Casca Rija	Alpo	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 ₂

- 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.