

| <b>SEGUNDA – FEIRA</b> |   | <b>27-01-2025</b> |
|------------------------|---|-------------------|
| SOPA                   | Couve-Lombarda  |                   |
| PRATO                  | Filete de Cavala no forno, Arroz de cenoura e Feijão-verde    | 1,2,3,4,6,7,14    |
| VEGETARIANO            | Pataniscas de Ervilhas com Arroz de cenoura                   | 1,3               |
| SOBREMESA              | Fruta   |                   |
| <b>TERÇA – FEIRA</b>   |   | <b>28-01-2025</b> |
| SOPA                   | Canja   | 1,3,12            |
| PRATO                  | Frango Assado, Massa, Alface e Beterraba                      | 1,3,12            |
| VEGETARIANO            | Caril de Lentilhas e Batata-doce                              |                   |
| SOBREMESA              | Fruta   |                   |
| <b>QUARTA – FEIRA</b>  |   | <b>29-01-2025</b> |
| SOPA                   | Creme de Curgete  |                   |
| PRATO                  | Filete de Fogaño no forno, Batata corada e Brócolos           | 4,12              |
| VEGETARIANO            | Batata Gratinada com Salteado de Curgete, Cogumelos e Cenoura | 7,12              |
| SOBREMESA              | Fruta   |                   |
| <b>QUINTA – FEIRA</b>  |   | <b>30-01-2025</b> |
| SOPA                   | Alho-francês e Couve-flor                                     |                   |
| PRATO                  | Jardineira de Porco (macedónia) com Arroz                     | 6,12              |
| VEGETARIANO            | Jardineira de Feijão-encarnado com Arroz                      | 12                |
| SOBREMESA              | Fruta   |                   |
| <b>SEXTA – FEIRA</b>   |   | <b>31-01-2025</b> |
| SOPA                   | Abóbora e Ervilhas  |                   |
| PRATO                  | Farfalle com Queijo, Fiambre e Cogumelos, Alface e Tomate     | 1,3,6,7,12        |
| VEGETARIANO            | Farfalle à Carbonara Vegetariano                              | 1,3               |
| SOBREMESA              | Fruta   |                   |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

| <b>SEGUNDA – FEIRA</b> |  | <b>03-02-2025</b> |
|------------------------|--|-------------------|
| SOPA                   | Batata-doce e Acelgas  |                   |
| PRATO                  | Esparguete à Bolonhesa (Bovino), Alface e Pepino <sup>1,3,6,12</sup>           |                   |
| VEGETARIANO            | Esparguete à Bolonhesa (Soja), Alface e Pepino <sup>1,3,6,12</sup>             |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>TERÇA – FEIRA</b>   |  | <b>04-02-2025</b> |
| SOPA                   | Cenoura e Grão-de-bico   |                   |
| PRATO                  | Filete de Pescada de Cebolada, Arroz de cenoura e Feijão-verde <sup>4,12</sup> |                   |
| VEGETARIANO            | Ovos Mexidos com Tomate e Arroz de cenoura <sup>3,12</sup>                     |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>QUARTA – FEIRA</b>  |  | <b>05-02-2025</b> |
| SOPA                   | Caldo-verde <sup>6</sup>   |                   |
| PRATO                  | Pá de Porco com Laranja, Massa e Brócolos <sup>1,3,12</sup>                    |                   |
| VEGETARIANO            | Massa com Estufado de Brócolos, Cogumelos, Feijão-branco <sup>1,3,12</sup>     |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>QUINTA – FEIRA</b>  |  | <b>06-02-2025</b> |
| SOPA                   | Abóbora e Repolho  |                   |
| PRATO                  | Empadão de Atum, Alface À JULIANA <sup>3,4,6,12</sup>                          |                   |
| VEGETARIANO            | Empadão à Vegetariana <sup>3,12</sup>  |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>SEXTA – FEIRA</b>   |  | <b>07-02-2025</b> |
| SOPA                   | Agrião e Feijão-atarino  |                   |
| PRATO                  | Arroz de Aves (Frango e Peru) e Macedónia <sup>6,12</sup>                      |                   |
| VEGETARIANO            | Bolinhos de Grão-de-bico com Arroz Primavera <sup>1,3</sup>                    |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

## SEGUNDA – FEIRA

10-02-2025

|             |  |
|-------------|--|
| SOPA        | Cenoura e Alho-francês   |
| PRATO       | Pastéis de Bacalhau, Arroz de cenoura, Alface e Tomate <sup>2,4,6,7,8,12</sup> |
| VEGETARIANO | Estufado de Soja e Cogumelos com Arroz de cenoura <sup>6,12</sup>              |
| SOBREMESA   | Fruta  |

## TERÇA – FEIRA

11-02-2025

|             |  |
|-------------|--|
| SOPA        | Creme de Brócolos  |
| PRATO       | Macarronada de Porco e Macedónia <sup>1,3,6,12</sup>                   |
| VEGETARIANO | Macarronada de Feijão-encarnado, Repolho e Macedónia <sup>1,3,12</sup> |
| SOBREMESA   | Fruta  |

## QUARTA – FEIRA

12-02-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Abóbora e Pimpinela   |
| PRATO       | Filete de Fogonero no forno, Batata corada, Alface e Pepino <sup>4,12</sup> |
| VEGETARIANO | Couscous à Vegetariana <sup>1,3,12</sup>                                    |
| SOBREMESA   | Fruta   |

## QUINTA – FEIRA

13-02-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Curgete e Couve-flor  |
| PRATO       | Chili de Bovino (feijão-preto e milho-doce) com Arroz <sup>6,12</sup> |
| VEGETARIANO | Chili de Feijão-preto e Milho-doce com Arroz <sup>12</sup>            |
| SOBREMESA   | Fruta   |

## SEXTA – FEIRA

14-02-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Cevadinha   |
| PRATO       | Omelete de Queijo, Massa de Tomatada e Brócolos <sup>1,3,7,12</sup> |
| VEGETARIANO | Omelete Simples com Massa de Tomatada <sup>1,3,12</sup>             |
| SOBREMESA   | Fruta   |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

## SEGUNDA – FEIRA

17-02-2025

|             |  |
|-------------|--|
| SOPA        | Creme de Ervilhas  |
| PRATO       | Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Feijão-verde <sup>1,3,6,12</sup> |
| VEGETARIANO | Massa à Vegetariana <sup>1,3,12</sup>                                    |
| SOBREMESA   | Fruta  |

## TERÇA – FEIRA

18-02-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Batata-doce e Curgete   |
| PRATO       | Filete de Pescada Panado, Arroz de cenoura e Brócolos <sup>1,2,3,4,6,7,14</sup> |
| VEGETARIANO | Pataniscas de Alho-francês com Arroz de cenoura <sup>1,3</sup>                  |
| SOBREMESA   | Fruta   |

## QUARTA – FEIRA

19-02-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Canja <sup>1,3,12</sup>                                 |
| PRATO       | Frango Assado, Massa, Alface e Tomate <sup>1,3,12</sup> |
| VEGETARIANO | Lentilhas em Molho de Tomate com Massa <sup>1,3</sup>   |
| SOBREMESA   | Fruta   |

## QUINTA – FEIRA

20-02-2025

|             |  |
|-------------|--|
| SOPA        | Espinafres   |
| PRATO       | Salada Russa de Atum <sup>3,4</sup>                    |
| VEGETARIANO | Salada Russa de Ovo Cozido e Grão-de-bico <sup>3</sup> |
| SOBREMESA   | Fruta  |

## SEXTA – FEIRA

21-02-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Creme de Abóbora  |
| PRATO       | Feijoada de Porco (cenoura e repolho) com Arroz <sup>6,12</sup> |
| VEGETARIANO | Feijoada à Vegetariana com Arroz <sup>12</sup>                  |
| SOBREMESA   | Fruta   |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

| <b>SEGUNDA – FEIRA</b> |  | <b>24-02-2025</b> |
|------------------------|--|-------------------|
| SOPA                   | Alho-francês   |                   |
| PRATO                  | Filete de Cavala de Tomatada, Arroz de cenoura e Alface <sup>4,12</sup>            |                   |
| VEGETARIANO            | Bolinhos de Feijão-catarino com Arroz de cenoura <sup>1,3</sup>                    |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>TERÇA – FEIRA</b>   |  | <b>25-02-2025</b> |
| SOPA                   | Abóbora e Grão-de-bico   |                   |
| PRATO                  | Esparguete à Bolonhesa (Bovino) e Feijão-verde <sup>1,3,6,12</sup>                 |                   |
| VEGETARIANO            | Esparguete à Bolonhesa (Soja) e Feijão-verde <sup>1,3,6,12</sup>                   |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>QUARTA – FEIRA</b>  |  | <b>26-02-2025</b> |
| SOPA                   | Acelgas  |                   |
| PRATO                  | Filete de Fogonero no forno, Arroz de açafrão, Pepino e Milho-doce <sup>4,12</sup> |                   |
| VEGETARIANO            | Caril de Grão-de-bico com Arroz  |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>QUINTA – FEIRA</b>  |  | <b>27-02-2025</b> |
| SOPA                   | Caldo-Verde <sup>6</sup>   |                   |
| PRATO                  | Strogonoff de Porco, Massa e Brócolos <sup>1,3,7,12</sup>                          |                   |
| VEGETARIANO            | Strogonoff de Ervilhas e Cogumelos com Massa <sup>1,3,12</sup>                     |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>SEXTA – FEIRA</b>   |  | <b>28-02-2025</b> |
| SOPA                   | Creme de Cenoura   |                   |
| PRATO                  | Desfeita de Paloco (grão-de-bico, ovo e batata), Alface e Tomate <sup>3,4,12</sup> |                   |
| VEGETARIANO            | Tortilha Vegetariana <sup>3</sup>  |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



## QUINTA – FEIRA

06-03-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Agrião  |
| PRATO       | Hambúrguer de Bovino, Arroz de ervilhas e Cenoura <small>BABY</small> <sup>6,12</sup> |
| VEGETARIANO | Ovos Escalfados com Cenoura e Arroz de ervilhas <sup>3</sup>                          |
| SOBREMESA   | Fruta   |

## SEXTA – FEIRA

07-03-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Cenoura e Repolho   |
| PRATO       | Lasanha de Atum, Alface e Pepino <sup>1,3,4,7,12</sup>          |
| VEGETARIANO | Massa com Brócolos, Cogumelos e Feijão-encarnado <sup>1,3</sup> |
| SOBREMESA   | Fruta   |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

| <b>SEGUNDA – FEIRA</b> |  | <b>10-03-2025</b> |
|------------------------|--|-------------------|
| SOPA                   | Couve-Lombarda   |                   |
| PRATO                  | Filete de Pescada Panado, Arroz de tomate e Feijão-verde <sup>1,2,3,4,6,7,14</sup> |                   |
| VEGETARIANO            | Pataniscas de Ervilhas com Arroz de tomate <sup>1,3</sup>                          |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>TERÇA – FEIRA</b>   |  | <b>11-03-2025</b> |
| SOPA                   | Canja <sup>1,3,12</sup>  |                   |
| PRATO                  | Frango Assado, Massa, Alface e Beterraba <sup>1,3,12</sup>                         |                   |
| VEGETARIANO            | Caril de Lentilhas e Batata-doce   |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>QUARTA – FEIRA</b>  |  | <b>12-03-2025</b> |
| SOPA                   | Creme de Curgete   |                   |
| PRATO                  | Filete de Cavala no forno, Batata corada e Brócolos <sup>4,12</sup>                |                   |
| VEGETARIANO            | Batata Gratinada com Salteado de Curgete, Cogumelos e Cenoura <sup>7,12</sup>      |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>QUINTA – FEIRA</b>  |  | <b>13-03-2025</b> |
| SOPA                   | Alho-francês e Couve-flor  |                   |
| PRATO                  | Jardineira de Porco (macedónia) com Arroz <sup>6,12</sup>                          |                   |
| VEGETARIANO            | Jardineira de Feijão-encarnado com Arroz <sup>12</sup>                             |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>SEXTA – FEIRA</b>   |  | <b>14-03-2025</b> |
| SOPA                   | Abóbora e Ervilhas   |                   |
| PRATO                  | Farfalle com Queijo, Fiambre e Cogumelos, Alface e Tomate <sup>1,3,6,7,12</sup>    |                   |
| VEGETARIANO            | Farfalle à Carbonara Vegetariano <sup>1,3</sup>                                    |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

| <b>SEGUNDA – FEIRA</b> |  | <b>17-03-2025</b> |
|------------------------|--|-------------------|
| SOPA                   | Batata-doce e Acelgas  |                   |
| PRATO                  | Esparguete à Bolonhesa (Bovino), Alface e Pepino <sup>1,3,6,12</sup>           |                   |
| VEGETARIANO            | Esparguete à Bolonhesa (Soja), Alface e Pepino <sup>1,3,6,12</sup>             |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>TERÇA – FEIRA</b>   |  | <b>18-03-2025</b> |
| SOPA                   | Cenoura e Grão-de-bico   |                   |
| PRATO                  | Filete de Pescada de Cebolada, Arroz de cenoura e Feijão-verde <sup>4,12</sup> |                   |
| VEGETARIANO            | Ovos Mexidos com Tomate e Arroz de cenoura <sup>3,12</sup>                     |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>QUARTA – FEIRA</b>  |  | <b>19-03-2025</b> |
| SOPA                   | Caldo-verde <sup>6</sup>   |                   |
| PRATO                  | Pá de Porco com Laranja, Massa e Brócolos <sup>1,3,12</sup>                    |                   |
| VEGETARIANO            | Massa com Estufado de Brócolos, Cogumelos, Feijão-branco <sup>1,3,12</sup>     |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>QUINTA – FEIRA</b>  |  | <b>20-03-2025</b> |
| SOPA                   | Abóbora e Repolho  |                   |
| PRATO                  | Empadão de Atum, Alface À JULIANA <sup>3,4,6,12</sup>                          |                   |
| VEGETARIANO            | Empadão à Vegetariana <sup>3,12</sup>  |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |
| <b>SEXTA – FEIRA</b>   |  | <b>21-03-2025</b> |
| SOPA                   | Agrião e Feijão-atarino  |                   |
| PRATO                  | Arroz de Aves (Frango e Peru) e Macedónia <sup>6,12</sup>                      |                   |
| VEGETARIANO            | Bolinhos de Grão-de-bico com Arroz Primavera <sup>1,3</sup>                    |                   |
| SOBREMESA              | Fruta  |                   |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



## SEGUNDA – FEIRA

24-03-2025

|             |  |
|-------------|--|
| SOPA        | Cenoura e Alho-francês   |
| PRATO       | Pastéis de Bacalhau, Arroz de cenoura, Alface e Tomate <sup>2,4,6,7,8,12</sup> |
| VEGETARIANO | Estufado de Soja e Cogumelos com Arroz de cenoura <sup>6,12</sup>              |
| SOBREMESA   | Fruta  |

## TERÇA – FEIRA

25-03-2025

|             |  |
|-------------|--|
| SOPA        | Creme de Brócolos  |
| PRATO       | Macarronada de Porco e Macedónia <sup>1,3,6,12</sup>                   |
| VEGETARIANO | Macarronada de Feijão-encarnado, Repolho e Macedónia <sup>1,3,12</sup> |
| SOBREMESA   | Fruta  |

## QUARTA – FEIRA

26-03-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Abóbora e Pimpinela   |
| PRATO       | Filete de Fogonero no forno, Batata corada, Alface e Pepino <sup>4,12</sup> |
| VEGETARIANO | Couscous à Vegetariana <sup>1,3,12</sup>                                    |
| SOBREMESA   | Fruta   |

## QUINTA – FEIRA

27-03-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Curgete e Couve-flor  |
| PRATO       | Chili de Bovino (feijão-preto e milho-doce) com Arroz <sup>6,12</sup> |
| VEGETARIANO | Chili de Feijão-preto e Milho-doce com Arroz <sup>12</sup>            |
| SOBREMESA   | Fruta   |

## SEXTA – FEIRA

28-03-2025

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Cevadinha   |
| PRATO       | Omelete de Queijo, Massa de Tomatada e Feijão-verde <sup>1,3,7,12</sup> |
| VEGETARIANO | Omelete Simples com Massa de Tomatada <sup>1,3,12</sup>                 |
| SOBREMESA   | Fruta   |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

**SEGUNDA – FEIRA****31-03-2025**

|             |  |
|-------------|--|
| SOPA        | Canja <sup>1,3,12</sup>  |
| PRATO       | Frango Assado, Batata-frita no forno, Alface e Beterraba <sup>1,3,12</sup> |
| VEGETARIANO | Lentilhas em Molho de Tomate com Massa <sup>1,3</sup>                      |
| SOBREMESA   | Fruta  |

**TERÇA – FEIRA****01-04-2025**

|             |   |
|-------------|---|
| SOPA        | Batata-doce e Curgete   |
| PRATO       | Filete de Pescada Panado, Arroz de cenoura e Brócolos <sup>1,2,3,4,6,7,14</sup> |
| VEGETARIANO | Pataniscas de Alho-francês com Arroz de cenoura <sup>1,3</sup>                  |
| SOBREMESA   | Fruta   |

**QUARTA – FEIRA****02-04-2025**

Bom Feriado!

**QUINTA – FEIRA****03-04-2025**

|             |  |
|-------------|--|
| SOPA        | Espinafres   |
| PRATO       | Salada Russa de Atum <sup>3,4,12</sup>                 |
| VEGETARIANO | Salada Russa de Ovo Cozido e Grão-de-bico <sup>3</sup> |
| SOBREMESA   | Fruta  |

**SEXTA – FEIRA****04-04-2025**

|             |  |
|-------------|--|
| SOPA        | Creme de Ervilhas  |
| PRATO       | Almôndegas de Bovino Estufadas, Massa e Feijão-verde <sup>1,3,6,12</sup> |
| VEGETARIANO | Massa à Vegetariana <sup>1,3,12</sup>                                    |
| SOBREMESA   | Fruta  |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota 1:** Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição.

**Nota 2:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.