

EMENTA 28/09/2026 A 02/10/2026

DIA		PRATO	ACOMPANHAMENTO
2ª FEIRA	ALM.	sopa	ALHO FRANCÊS
		carne	COSTELETAS GRELHADAS COM ARROZ DE FEIJÃO E BATATA FRITA
		peixe	PASTEIS DE BACALHAU COM ARROZ DE CENOURA
		dieta	PESCADA COZIDA COM BATATA COZIDA E LEGUMES
		veget.	BOLONHESA DE SEITAN
3ª FEIRA	ALM.	sopa	CREME DE CENOURA
		carne	PÁ DE PORCO ASSADA NO FORNO COM ARROZ E BATATA FRITA
		peixe	FILETES DE PESCADA NO FORNO COM ARROZ
		dieta	CARAPAS GRELHADOS COM BATATA COZIDA E LEGUMES
		veget.	LENTILHAS ESTUFADAS COM LEGUMES E BATATA COZIDA
4ª FEIRA	ALM.	sopa	ESPINAFRES
		carne	CARNE DE PORCO À PRIMAVERA COM MACARRONETE
		peixe	ARROZ DE PEIXE
		dieta	RED FISH NO FORNO COM ARROZ E LEGUMES
		veget.	ESPARGUETE COM COGUMELOS E ERVILHAS
5ª FEIRA	ALM.	sopa	LEGUMES
		carne	FRANGO ASSADO COM ARROZ E BATATA FRITA
		peixe	FILETES DE PESCADA PANADOS COM SALADA RUSSA
		dieta	BIFE DE FRANGO GRELHADO COM ARROZ E LEGUMES
		veget.	RANCHO DE SEITAN
6ª FEIRA	ALM.	sopa	JULIANA
		carne	LASANHA DE PORCO
		peixe	PESCADA FRITA COM ARROZ DE ERVILHAS
		dieta	ABRÓTEA COZIDA COM BATATA COZIDA E LEGUMES
		veget.	CUSCUS COM TOFU FEIJÃO E COGUMELOS

ATENÇÃO: Esta ementa pode conter alergénios ou vestígios dos mesmos: G-glúten; C-crustáceos; O-ovos; P-peixe; A-amendoim; So-soja; L-leite; FS-frutos de casca rijas; Ai-aipo; Mt-mostarda; Se-sésamo; Su-sulfitos; T-tremoços; MI-moluscos.
Procure informação junto de responsável.