

Semana de 9 a 13 de fevereiro de 2026

DIA	PRATO	EMENTA	ALERGÊNEOS	Kcal
2ª FEIRA	Sopa	Caldo verde	Gluten, sulfitos, soja	218
	Prato	Lasanha de atum com salada mista	Peixe, gluten, leite, ovo	784
	Dieta	Tintureira cozida com batata, cenoura cozida e feijão verde	Peixe	618
	Veget.	Rissois de legumes c/ batata, cenoura, feijão frade e tomate	Gluten, soja, sulfitos, ovo	762
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Gluten	121
3ª FEIRA	Sopa	Creme de abóbora		162
	Prato	Peru estufado com massa de laços e legumes cozidos	Gluten	879
	Dieta	Bifinhos grelhados com massa de laços e legumes cozidos	Gluten	736
	Veget.	Arroz de lentilhas com ervilhas e salada tomate		684
	Sobremesa	Mousse de chocolate	leite	348
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
4ª FEIRA	Sopa	Legumes		174
	Prato	Salada de feijão frade com salmão desfiado, batata, cenoura	Peixe	560
	Dieta	Filetes salmão estufado c/ batata, e salada mista	Peixe	621
	Veget.	Salada de feijão frade, batata, ovo e cenoura	Ovo	579
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
5ª FEIRA	Sopa	Feijão verde		166
	Prato	Croquetes com arroz de cenoura e salada mista	Glúten, soja, sulfitos, Ovo	753
	Dieta	Perna de frango com arroz de cenoura e salada Mista		612
	Veget.	Hamburguer de quinoa, arroz e salada mista	Gluten, soja	828
	Sobremesa	Arroz doce	Leite	134
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121
6ª FEIRA	Sopa	Creme de ervilhas		207
	Prato	Bacalhau fresco no forno com batata cozida e brócolos	Peixe	635
	Dieta	Bacalhau fresco no forno simples com batata cozida e brócolos	Peixe	590
	Veget.	Ratatoille estufado com cogumelos, arroz e salada mista	Sulfitos	621
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	Bola de mistura	Glúten	121

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergênicos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

Aas dietas terão que ser marcadas com antecedência (até às 15 horas do dia anterior)

A ementa pode ser alterada por motivos imprevistos