

*Semana de 01 a 05 junho de 2026*

DIA	PRATO	EMENTA	ALERGÉNEOS	Kcal
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes		174
	Prato	Rissóis de pescada com arroz de cenoura e salada Mista	Ovo, Glúten, Crustáceos Leite, Peixe	794
	Dieta	Abrótea cozida com batata e legumes cozidos	Peixe	587
	Veget.	Arroz de lentilhas, feijão verde e salada mista		879
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	<b>Bola de mistura</b>	Glúten	121
3ª FEIRA	Sopa	Vegetais	<b>Aipo</b>	170
	Prato	Ervilhas com pá porco e ovo cozido	Sulfitos, Soja, ovo, glúten	524
	Dieta	Carne picada simples c/ arroz branco e brócolos cozidos	Sulfitos, Soja, glúten	793
	Veget.	Favas guisadas c/ massa espiral cenoura e salada	Glúten	586
	Sobremesa	iogurte	leite	89
	Pão	<b>Bola de mistura</b>	<b>Glúten</b>	121
4ª FEIRA	Sopa	Juliana		171
	Prato	Saladinha de grão com migas de paloco	Peixe, soja, tremçoço	547
	Dieta	Paloco estufado com batatinha e legumes cozidos	Peixe	569
	Veget.	Empadão de soja com legumes e salada mista	Soja	638
	Sobremesa	Fruta da época		
	Pão	<b>Bola de mistura</b>	<b>Glúten</b>	121
5ª FEIRA	Sopa	Lombardo		171
	Prato	Febras porco estufadas c/ espiral e salada	Glúten	888
	Dieta	Peru estufado simples c/ espiral e salada	Glúten	752
	Veget.	Feijoada de legumes com arroz e salada		858
	Sobremesa	Bolo iogurte	Leite, Ovo, Gluten	274
	Pão	<b>Bola de mistura</b>	<b>Glúten</b>	121
6ª FEIRA	Sopa	Lombardo		171
	Prato	Arroz à marinheiro com delicias do mar	Peixe	888
	Dieta	Pescada estufada simples c/ batata e salada	Peixe	741
	Veget.	Omelete de tomate com cebola e oregãos	ovo	742
	Sobremesa	Fruta da época		98
	Pão	<b>Bola de mistura</b>	<b>Glúten</b>	121

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 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- Tremçoços, 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**