

		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 1						13-09-2024
	Sopa					Creme de legumes
	Prato					Bolonhesa
	Vegetariano					Bolonhesa vegetariana
	Hortícolas					Alface, tomate e pepino
	Sobremesa					Fruta da época
Semana 2		16-09-2024	17-09-2024	18-09-2024	19-09-2024	20-09-2024
	Sopa	Ervilhas	Espinafres	Juliana	Nabiças	Feijão-verde
	Prato	Empadão de atum	Febras de cebolada/Pá de porco com massa espiral	Pescada no forno com batata e brócolos	Perna de peru no forno com arroz de cenoura	Massa de peixe
	Vegetariano	Empadão Vegetariano	Cebolada de seitan com massa espiral	Courgette no forno com legumes e grão	Feijoada de legumes com arroz	Massa de tofu com alho francês, cenoura e milho
	Hortícolas	Alface, tomate e milho	Alface, tomate e cenoura	Alface, tomate e milho	Alface, tomate e cenoura	Alface, tomate e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Semana 3		23-09-2024	24-09-2024	25-09-2024	26-09-2024	27-09-2024
	Sopa	Alface e cenoura	Alho-francês	Brócolos	Feijão com hortaliça	Creme de legumes
	Prato	Strogonoff com massa macarronete	Chaputa com arroz de tomate	Almondegas com massa esparguete	Paloco à Gomes de Sá	Hambúrgueres de aves com arroz primavera
	Vegetariano	Strogonoff vegetariano	Beringela recheada com arroz de tomate	Almondegas vegetarianas com massa	Tofu à Gomes de Sá	Hambúrguer vegetariano com arroz primavera
	Hortícolas	Alface, tomate e pepino	Alface, tomate e cenoura	Alface, tomate e cenoura	Alface, tomate e milho	Alface, tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

A ementa poderá sofrer alterações por razões operacionais, mantendo a qualidade das refeições. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada.