



Ementa

Valências: **C.A.T.L. / Creche / Pré-Escolar**

Refeição: **Almoço**

Semana: **3 a 7 de abril de 2023**

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Sopa: Sopa de feijão-verde	Sopa: Sopa de couve-flor	Sopa: Sopa de grão-de-bico e cenoura	Sopa: Sopa de nabo	-
Prato Geral	Prato principal: Massa à Labrador, e couve-lombarda cozida ¹	Prato principal: Pataniscas com arroz de feijão-vermelho, e salada de alface ^{1,3,4,7}	Prato principal: Cubos de porco estufados com batata assada, e feijão-verde cozido	Prato principal: Bife de frango grelhado com massa espiral, e juliana de legumes ¹	SEXTA-FEIRA SANTA
Prato Dieta	Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa riscada, e couve-lombarda ¹	Prato dieta: Filete de pescada estufado ao natural com arroz branco, e brócolos cozidos ⁴	Prato dieta: Cubos de porco estufados ao natural com batata e feijão-verde cozidos	Prato dieta: Bife de frango grelhado com massa espiral, e juliana de legumes ¹	-
Sobremesa	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	-
Alterações (especificar/data/rubrica)					

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, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.



Ementa

Valências: C.A.T.L. / Creche / Pré-Escolar

Refeição: Almoço

Semana: 10 a 14 de abril de 2023

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	-	Sopa: Sopa de alho-francês	Sopa: Sopa de lentilhas	Sopa: Sopa de couve-lombarda	Sopa: Sopa de espinafres com grão-de-bico
Prato Geral	SEGUNDA-FEIRA DE PÁSCOA	Prato principal: Atum com salada russa (batata, cenoura, ervilhas e ovo) ^{3,4}	Prato principal: Perna de frango assado com esparguete, e salada de alface e cenoura ¹	Prato principal: Abrótea cozida com molho de tomate, arroz branco e juliana de legumes ⁴	Prato principal: Bifanas com batata e feijão-verde cozidos
Prato Dieta	-	Prato dieta: Pescada estufada ao natural com batata e brócolos cozidos ⁴	Prato dieta: Perna de frango estufado ao natural com esparguete, e couve-lombarda cozida ¹	Prato dieta: Abrótea cozida com arroz branco e juliana de legumes ⁴	Prato dieta: Fêvera estufada ao natural com batata e feijão-verde cozidos
Sobremesa	-	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época
Alterações (especificar/data/rubrica)					

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, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.



Ementa

Valências: **C.A.T.L. / Creche / Pré-Escolar**

Refeição: **Almoço**

Semana: **17 a 21 de abril de 2023**

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Sopa: Sopa de brócolos	Sopa: Sopa de couve-coração e feijão-vermelho	Sopa: Sopa de couve-flor	Sopa: Sopa de ervilha e cenoura	Sopa: Sopa de feijão-verde
Prato Geral	Prato principal: Ovos mexidos com fiambre, arroz branco e salada de alface e cenoura ^{1,3}	Prato principal: Bacalhau à Gomes de Sá, e juliana de legumes ^{3,4}	Prato principal: Bifes de frango de cebolada com massa espiral, e feijão-verde cozido ¹	Prato principal: Lombinho de pescada assado com arroz de cenoura, e salada de alface ⁴	Prato principal: Rancho (massa riscada), e couve-coração cozida ¹
Prato Dieta	Prato dieta: Fêvera estufada ao natural com arroz branco, e couve-lombarda cozida	Prato dieta: Bacalhau cozido com ovo e batata cozidos, e juliana de legumes ^{3,4}	Prato dieta: Bifes de frango grelhado com massa espiral, e feijão-verde cozido ¹	Prato dieta: Lombinho de pescada estufado ao natural com arroz branco, e brócolos cozidos ⁴	Prato dieta: Carne de porco estufada ao natural com massa riscada, e couve-coração cozida ¹
Sobremesa	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época
Alterações (especificar/data/rubrica)					

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, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.



Ementa

Valências: **C.A.T.L. / Creche / Pré-Escolar**

Refeição: **Almoço**

Semana: **24 a 28 de abril de 2023**

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Sopa: Sopa de couve-lombarda	-	Sopa: Sopa de alho-francês	Sopa: Sopa de lentilhas	Sopa: Sopa de nabo
Prato Geral	Prato principal: Bolonhesa de atum, e brócolos cozidos ^{1,4}	FERIADO	Prato principal: Jardineira de carne de vaca	Prato principal: Filete de pescada crocante no forno com arroz de cenoura, e salada de alface ^{1,3,4,7}	Prato principal: Coxa de frango estufada com ervilhas, massa espiral e juliana de legumes ¹
Prato Dieta	Prato dieta: Lombrinho de pescada estufado ao natural com batata e brócolos cozidos ⁴	-	Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com batata e cenoura cozidas	Prato dieta: Filete de pescada estufado ao natural com arroz branco, e feijão-verde cozido ⁴	Prato dieta: Coxa de frango estufada ao natural com massa espiral, e juliana de legumes ¹
Sobremesa	Sobremesa: Fruta da época	-	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época
Alterações (especificar/data/rubrica)					

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, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.