



ementa

22 a 26 ABRIL de 2024



Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

Se é alérgico ou intolerante a alguma das substâncias a seguir discriminadas peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa

Segunda-feira

Suplemento da manhã

Bolachas^[1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 14]

Sopa

Creme de espinafres c/ pato

Sopa de espinafres

Prato

Rancho ^[1, 3, 6, 7, 14]

Dieta

Carnes mistas cozidas c/ massa, grão e couve ^[1, 3]

Vegetariano

Creme de espinafres c/ grão

Rancho vegetariano^[1, 3, 5, 6, 8, 11, 12, 14]

Sobremesa

Fruta da época / Maçã cozida

Lanche

logurte c/ pera ^[6, 7]

Leite e pão c/ manteiga ^[1, 7]

Terça-feira

Suplemento da manhã

Pera

Sopa

Creme de abóbora c/ abrótea ^[4]

Sopa primavera ^[9]

Prato

Atum c/ ovo e salada russa^[3, 4, 6, 9]

Dieta

Atum em água c/ ovo e salada russa^[3, 4, 9]

Vegetariano

Creme de abóbora c/ feijão-branco^[9]

Legumes salteados c/ feijão e batata ^[6, 12, 14]

Sobremesa

Fruta da época / Papaia e maçã

Lanche

Papa láctea/ não láctea ^[1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12]

Leite e pão c/ fiambre ^[1, 3, 6, 7, 9, 10, 14]

Quarta-feira

Suplemento da manhã

Pão ^[1]

Sopa

Creme de couve portuguesa c/ frango

Caldo verde ^[1, 9]

Prato

Strogonoff de frango c/ cogumelos, arroz e salada de alface e tomate ^[1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 14]

Dieta

Peitinhos de frango estufados ao natural c/ arroz e salada de alface e tomate ^[9, 10, 11, 14]

Vegetariano

Creme de couve portuguesa c/ soja ^[1, 5, 6, 8, 9, 10, 11]

Strogonoff soja c/ cogumelos, arroz e salada alface e tomate ^[1, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14]

Sobremesa

Fruta da época / Banana

Lanche

logurte c/ maçã^[6, 7]

Quinta-feira

Suplemento da manhã

Maçã

Sopa

Creme de alface c/ peru

Sopa de nabijas

Prato

Frango assado c/ arroz de alho francês e salada de alface ^[9, 10, 11, 14]

Dieta

Frango assado s/ tempero c/ arroz de alho francês e salada de alface ^[14]

Vegetariano

Creme de alface c/ lentilhas ^[9]

Arroz de legumes, cogumelos e lentilhas^[14]

Sobremesa

Fruta da época / Pera triturada

Lanche

logurte c/ banana ^[6, 7]

Leite e pão c/ queijo fresco de barrar^[1, 7]

LEGENDA (? = pode conter)



A ementa pode ser alterada, por imprevistos de carácter excepcional, motivados pelo fornecimento de matérias-primas ou anomalias dos equipamentos de cozinha.