



ementa

30 Março a 02 Abril de 2026



Quarta-feira

Suplemento da manhã
Pão [Contém: 1]
 Sopa
Creme de curgete c/ peru
Sopa de grão
 Prato
Peru assado c/ batata e salada de alface e pimento [Contém: 12 Pode conter: 9,10,11]
 Dieta
Peru assado s/ tempero c/ batata e salada de alface e pimento [Contém: 12]
 Vegetariano
Creme de curgete c/ soja [Contém: 1, 6 Pode conter: 5,8,9,10,11,12]
Estufado de soja c/ batata e salada de alface e pimento [Contém: 6, 12 Pode conter: 1,5,8,9,10,11]
 Sobremesa
Fruta da época / Maçã cozida
 Lanche
Papa láctea/ não láctea [Contém: 1, 7 Pode conter: 2,3,4,5,6,8,9,10,11,12,13,14]
logurte e pão c/ manteiga [Contém: 1, 7]

Quinta-feira

Suplemento da manhã
Bolachas [Contém: 1, 3, 6, 7, 11, 12 Pode conter: 5,8,10]
 Sopa
Creme de couve-flor c/ frango
Canja c/ couve [Contém: 1 Pode conter: 3]
 Prato
Bife de frango grelhado c/ arroz e legumes salteados [Contém: 12]
 Dieta
Bife de frango grelhado c/ arroz e legumes salteados [Contém: 12]
 Vegetariano
Creme de couve-flor c/ tofu [Contém: 1, 6 Pode conter: 5,8,9,10,11,12]
Tofu salteado c/ legumes e arroz [Contém: 1, 6, 12 Pode conter: 5,8,9,10,11]
 Sobremesa
Fruta da época / Pera triturada
 Lanche
logurte c/ banana [Contém: 7 Pode conter: 6]
Cereais de arroz e trigo integral c/ leite [Contém: 1, 7 Pode conter: 5,8]

Sexta-feira

Suplemento da manhã
Maçã
 Sopa
Creme de cenoura c/ pescada [Contém: 4]
Sopa de ervilhas [Pode conter: 9]
 Prato
Massada de peixe c/ salada de alface [Contém: 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14 Pode conter: 5,7,8,9,10,11]
 Dieta
Pescada cozida c/ batata e couve [Contém: 4]
 Vegetariano
Creme de cenoura c/ ervilhas [Pode conter: 9]
Esparguete salteado c/ brócolos, cogumelos e ervilhas [Contém: 1, 12 Pode conter: 3,6,9,10]
 Sobremesa
Fruta da época / Manga e maçã
 Lanche
logurte c/ pera [Contém: 7 Pode conter: 6]
Pão c/ queijo [Contém: 1, 3, 7]

Segunda-feira

Suplemento da manhã
Bolachas [Contém: 1, 3, 6, 7, 11, 12 Pode conter: 5,8,10]
 Sopa
Creme de brócolos c/ borrego
Sopa de brócolos
 Prato
Grelhada mista c/ batata e salada de alface e tomate [Contém: 12]
 Dieta
Grelhada mista c/ batata e salada de alface e tomate [Contém: 12]
 Vegetariano
Creme de brócolos c/ favas [Pode conter: 9]
Estufado de legumes c/ cogumelos e batata [Contém: 12 Pode conter: 1,5,8,9,10,11]
 Sobremesa
Fruta da época / Banana
 Lanche
Papa láctea/ não láctea [Contém: 1, 7 Pode conter: 2,3,4,5,6,8,9,10,11,12,13,14]
Leite e pão c/ manteiga [Contém: 1, 7]

Terça-feira

Suplemento da manhã
Maçã
 Sopa
Creme de cenoura c/ pescada [Contém: 4]
Sopa de ervilhas [Pode conter: 9]
 Prato
Massada de peixe c/ salada de alface [Contém: 1, 2, 3, 4, 6, 12, 14 Pode conter: 5,7,8,9,10,11]
 Dieta
Pescada cozida c/ batata e couve [Contém: 4]
 Vegetariano
Creme de cenoura c/ ervilhas [Pode conter: 9]
Esparguete salteado c/ brócolos, cogumelos e ervilhas [Contém: 1, 12 Pode conter: 3,6,9,10]
 Sobremesa
Fruta da época / Manga e maçã
 Lanche
logurte c/ pera [Contém: 7 Pode conter: 6]
Pão c/ queijo [Contém: 1, 3, 7]

LEGENDA (? = pode conter | Declaração Nutricional por 100 g)



Se é alérgico ou intolerante a algumas das substâncias acima peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa. A ementa pode ser alterada por imprevistos de carácter excepcional, motivados pelo fornecimento de matérias-primas ou anomalias dos equipamentos de cozinha.

Nutricionista Diana Sintra

