

EMENTA SEMANAL

13 a 17 de abril de 2026

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sopa	Sopa de agrião	Sopa de feijão c/ couve lombarda	Sopa de nabiças	Sopa de espinafres	Creme de legumes
Prato	Chili de carne	Miminhos de pescada	Legumes à brás	Perca grelhada	Bifinhos de frango com molho de cogumelos
	Arroz branco	Arroz de cenoura		Batata cozida	Esparguete
	Alface e couve roxa	Juliana de alface	Tomate	Brócolos e cenouras cozidas	Alface e cenoura
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/Gelatina	Fruta da época	Fruta da época
Vegetariano	Chili vegan	Tofu estufado com arroz de cenoura	Legumes à brás vegan	Estufado de grão, cenoura, brócolos aos pedacinhos	Bifinhos de seitan com cogumelos e esparguete

- A ementa pode estar sujeita a alterações por motivos imprevistos.
- As ementas são elaboradas, sempre que possível, com base nas recomendações da norma "Orientações sobre Ementas e Refeitórios Escolares 2018" da DGE.
- Todas as refeições são acompanhadas por água.
- Caso pretenda a lista de alérgenos, de acordo com o Regulamento (UE) n.º 1169/2011, poderá solicitá-la na instituição.
- Se é alérgico ou intolerante a algumas das substâncias referidas no regulamento supracitado, por favor, informe a equipa responsável pelas refeições.