

# EMENTA SEMANAL

27 de abril a 1 de maio de 2026

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sopa	Sopa de espinafres	Creme de legumes	Sopa de agrião	Creme de abóbora e cenoura	F e r i a d o
Prato	Bolonhesa de carne	Maruca e ovos cozidos	Feijoada vegetariana Opção de acompanhamento: carne aos cubos	Salada de salmão com ervilhas e cenoura	
	Esparguete	Batata e cenoura cozida	Arroz branco	Cotovelinhos	
	Alface e cenoura	Brócolos	Tomate	Juliana de alface e milho	
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ gelatina vegetal	Fruta da época	
Vegetariano	Bolonhesa vegetariana de soja com esparguete	Bifinhos de seitan de cebolada com batatas, cenoura e brócolos cozidos	Feijoada Vegetariana	Salada de tofu com cotovelinhos, ervilhas e cenoura	

- 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 alergénios, 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.