

EMENTA SEMANAL

1 a 5 de junho de 2026

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sopa	Sopa de nabiça	Sopa espinafres	Creme de abóbora	F e r i a d o	Creme de cenoura
Prato	Panado de Frango	Pescada frita	Arroz chau-chau		Bolonhesa de carne
	Arroz de cenoura	Salada russa (batata, feijão verde e cenoura)			Esparguete
	Alface e milho	Tomate e pepino	Alface e couve-roxa		Alface e cenoura
Sobremesa	Gelado ou fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ gelatina vegetal		Fruta da época
Vegetariano	Bifinhos de seitan com arroz de cenoura	Rissóis vegetarianos com salada russa	Salteado de curgete, cenoura, alho francês, grão de bico e cogumelos com massa fusili		Bolonhesa de soja

- 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° 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.