

EMENTA SEMANAL

22 a 26 de junho de 2026

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sopa	Sopa de feijão verde	Sopa de espinafres	Creme de legumes	Sopa juliana	Creme de abóbora
Prato	Perna de porco estufada	Bacalhau no forno	Perna de frango no forno	Miminhos de pescada	Arroz de pato
	Esparguete	Batata a murro	Massa fusili	Salada russa (batata, cenoura e feijão verde)	
	Alface e couve roxa	Tomate e pepino	Alface e milho	Tomate e pepino	Alface juliana e cenoura
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ gelatina vegetal	Fruta da época	Fruta da época
Vegetariano	Bifinhos de seitan com cebolada e esparguete	Lasanha de legumes e soja	Hamburguer de grão de bico com massa fusili	Tofu estufado com salada russa	Arroz de lentilhas e cogumelos

- 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.