

EMENTA SEMANAL

29 de junho a 3 de julho de 2026

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sopa	Sopa de agrião	Caldo verde	Creme de legumes	Sopa de feijão verde	Sopa de espinafres
Prato	Empadão de atum	Almôndegas	Bifinhos de frango com cogumelos	Salada de salmão com ervilhas e cenoura	Panados de frango
	Arroz	Esparguete	Arroz branco	Cotovelinhos	
	Alface e cenoura	Alface e rúcula	Alface e tomate	Tomate e pepino	Alface
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ gelatina vegetal	Fruta da época	Fruta da época
Vegetariano	Empadão de arroz com soja desidratada	Almôndegas vegetarianas com 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 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.