



EMENTA SEMANAL

VEGETARIANO

Dia	Segunda-feira, 27.04.2026	 Alergénicos
Sopa	Ervilha	
Prato:	Hambúrguer vegetariano com arroz de cenoura	6
Sobremesa	Fruta da época	
Outros	Salada variada	
		 Alergénicos
Dia	Terça-feira, 28.04.2026	
Sopa	Alho-francês	
Prato:	Massinha de lentilhas e ervilhas	6
Sobremesa	Fruta da época	
Outros	Salada variada	
		 Alergénicos
Dia	Quarta-feira, 29.04.2026	
Sopa	Abóbora com couve	
Prato:	Massinha de lentilhas, ervilhas e cenouras	1
Sobremesa	Fruta da época	
Outros	Salada variada	
		 Alergénicos
Dia	Quinta-feira, 30.04.2026	
Sopa	Juliana	
Prato:	Salada de grão com legumes	
Sobremesa	Fruta da época	
Outros	Salada variada	
		 Alergénicos
Dia	Sexta-feira, 01.05.2026	
Sopa	<i>Dia do Trabalhador</i>	
Prato:	Fechado	
Sobremesa	Fechado	
Outros	Fechado	

Observações:

- i) Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações;
- ii) A sua refeição contém, ou pode conter, as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos.



VEGETARIANO

Dia	Segunda-feira , 04.05.2026	 Alergénicos
Sopa	Hortaliça	
Prato:	Carbonara de seitan	1,6 e 7
Sobremesa	Fruta da Época	
Outros	Salada variada	
		 Alergénicos
Dia	Terça-feira , 05.05.2026	
Sopa	Cenoura	
Prato:	Arroz de feijão, couve lombarda e cenoura	
Sobremesa	Fruta da época	
Outros	Salada variada	
		 Alergénicos
Dia	Quarta-feira , 06.05.2026	
Sopa	Alface com coentros	
Prato:	Bifes de tofu com massa	1 e 6
Sobremesa	Fruta da época	
Outros	Salada variada	
		 Alergénicos
Dia	Quinta-feira , 07.05.2026	
Sopa	Grão com agrião	
Prato:	Empadão de quinoa com legumes	
Sobremesa	Fruta da época	
Outros	Salada variada	
		 Alergénicos
Dia	Sexta-feira , 08.05.2026	
Sopa	Espinafre	
Prato:	Chili de soja com arroz	6
Sobremesa	Fruta da época	
Outros	Salada variada	

Observações:

- i) Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações;
- ii) A sua refeição contém, ou pode conter, as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos.