















































































































































































































Ementas 01 / 01 / 2025 a 05 / 01 / 2025	Ementas 06 / 01 / 2025 a 12 / 01 / 2025
	Segunda-feira
	Sopa: Couve-flor 
	Prato: Bolinhos de Bacalhau c/Arroz de legumes 
	Dieta: Douradinhos c/Arroz branco 
	Sobremesa: Maçã
	Terça-feira
	Sopa: Espinafres 
	Prato: Massa à Lavrador 
	Dieta: Frango cozido c/Massa 
	Sobremesa: Pêra
Quarta-feira	Quarta-feira
Sopa: Feijão verde 	Sopa: Feijão verde 
Prato: Perú no forno c/batata assada 	Prato: Sardinhas grelhadas c/batata cozida 
Dieta: Perú no forno c/batata assada 	Dieta: Sardinhas grelhadas c/batata cozida 
Sobremesa: Banana	Sobremesa: Banana
Quinta-feira	Quinta-feira
Sopa: Repolho 	Sopa: Repolho 
Prato: Feijoada c/Arroz branco 	Prato: Arroz de pato 
Dieta: Bife de Porco grelhado c/Arroz 	Dieta: Arroz de pato 
Sobremesa: Laranja	Sobremesa: Laranja
Sexta-feira	Sexta-feira
Sopa: Alho Francês 	Sopa: Alho Francês 
Prato: Salada Russa c/Filetes Cavala e ovo cozido 	Prato: Salada de Grão de bico, batata, atum e ovo cozido 
Dieta: Peixe Vermelho c/Batata, leg. e ovo 	Dieta: Atum, ovo e Batata 
Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Maçã
Sábado	Sábado
Sopa: Repolho 	Sopa: Repolho 
Prato: Frango estufado c/Esparguete, cenoura e repolho 	Prato: Perú estufado c/ Massa espiral, cenoura e repolho 
Dieta: Frango cozido c/Esparguete, cenoura e repolho 	Dieta: Perú cozido c/ Massa espiral, cenoura e repolho 
Sobremesa: Pêra	Sobremesa: Pêra
Domingo	Domingo
Sopa: Bróculos 	Sopa: Bróculos 
Prato: Carne Porco Alentejana 	Prato: Frango assado c/ feijão preto 
Dieta: Bife de vitela grelhado c/Batata cozida 	Dieta: Frango assado c/ arroz 
Sobremesa: Doce Teixeira 	Sobremesa: Gelatina 

Cópia	Controlada	Nº _____	Elaborado por:	Verificado por:	Aprovado por:	Data:
	Não Controlada					

Ementas 13 / 01 / 2025 a 19 / 01 / 2025	Ementas 20 / 01 / 2025 a 26 / 01 / 2025
Segunda-feira	Segunda-feira
Sopa: Couve-flor  	Sopa: Couve-flor  
Prato: Douradinhos no forno c/Arroz de legumes     	Prato: Salada de feijão frade, atum, ovo e arroz branco     
Dieta: Douradinhos no forno c/Arroz de legumes     	Dieta: Arroz com atum   
Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Maçã
Terça-feira	Terça-feira
Sopa: Espinafres   	Sopa: Espinafres   
Prato: Jardineira     	Prato: Massa de Vitela com repolho     
Dieta: Bife de Frango grelhado c/Massa cozida     	Dieta: Frango cozido c/Massa     
Sobremesa: Pêra	Sobremesa: Pêra
Quarta-feira	Quarta-feira
Sopa: Feijão verde   	Sopa: Feijão verde   
Prato: Pescada no forno c/arroz de legumes     	Prato: Peixe Vermelho no forno c/batata e legumes     
Dieta: Pescada no forno c/arroz de legumes     	Dieta: Peixe Vermelho no forno c/batata e legumes     
Sobremesa: Banana	Sobremesa: Bolo Rei
Quinta-feira	Quinta-feira
Sopa: Repolho  	Sopa: Repolho  
Prato: Frango estufado c/massa espiral, cenoura     	Prato: Bifanas c/massa espiral     
Dieta: Frango cozido c/massa espiral , cenoura     	Dieta: Bifanas c/massa espiral    
Sobremesa: Doce variados  	Sobremesa: Laranja
Sexta-feira	Sexta-feira
Sopa: Alho Francês   	Sopa: Alho Francês   
Prato: Solha c/arroz de legumes     	Prato: Bacalhau à brás    
Dieta: Douradinhos no forno c/arroz de legumes     	Dieta: P. Bacalhau c/Batata, ovo e legumes    
Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Maçã
Sábado	Sábado
Sopa: Repolho  	Sopa: Repolho  
Prato: Lombo estufado c/Massa cotovelinhos     	Prato: Massa à Lavrador     
Dieta: Costeletas grelhadas c/Massa cot.     	Dieta: Frango cozido c/Massa     
Sobremesa: Pêra	Sobremesa: Pêra
Domingo	Domingo
Sopa: Bróculos   	Sopa: Bróculos   
Prato: Rojões c/ batata frita e arroz branco  	Prato: Frango assado  
Dieta: Bife de Perú grelhado c/Batata cozida 	Dieta: Frango assado c/ arroz  
Sobremesa: Aletria    	Sobremesa: Pudim    

Cópia	Controlada	Nº _____	Elaborado por:	Verificado por:	Aprovado por:	Data:
	Não Controlada					

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados.



Peixe



Aipo



Ovos



Lácteos



Grãos de sésamo



Glúten

Dióxido de enxofre
e sulfitos

Tremaças



Moluscos



Amendoins



Crustáceos



Soja

Cópia	Controlada	Nº ____	Elaborado por:	Verificado por:	Aprovado por:	Data:
	Não Controlada					