


























































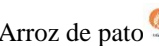





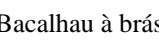



















Ementas 01 / 07 / 2024 a 07 / 07 / 2024		Ementas 08 / 07 / 2024 a 14 / 07 / 2024	
Segunda-feira		Segunda-feira	
Sopa: Couve-flor 		Sopa: Couve-flor 	
Prato: Salada de feijão frade, atum, ovo e arroz branco 		Prato: Douradinhos no forno c/Arroz de legumes 	
Dieta: Arroz com atum 		Dieta: Douradinhos no forno c/Arroz de legumes 	
Sobremesa: Maçã		Sobremesa: Maçã	
Terça-feira		Terça-feira	
Sopa: Espinafres 		Sopa: Espinafres 	
Prato: Orelha c/grelos e batata cozida 		Prato: Rancho 	
Dieta: Bife de Frango grelhado c/batata 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: Entremeada grelhada c/batata a murro 	
Dieta: Pescada no forno c/arroz de legumes 		Dieta: Entremeada grelhada c/batata a murro 	
Sobremesa: Banana		Sobremesa: Banana	
Quinta-feira		Quinta-feira	
Sopa: Alho Francês 		Sopa: Repolho 	
Prato: Frango estufado c/massa espiral, cenoura e repolho 		Prato: Bifanas c/massa espiral 	
Dieta: Frango cozido c/massa espiral , cenoura e repolho 		Dieta: Bifanas c/massa espiral 	
Sobremesa: Laranja		Sobremesa: Laranja	
Sexta-feira		Sexta-feira	
Sopa: Alho Francês 		Sopa: Alho Francês 	
Prato: Solha c/arroz de legumes 		Prato: Salada Russa c/Filetes Cavala e ovo cozido 	
Dieta: Douradinhos no forno c/arroz de legumes 		Dieta: Peixe Vermelho c/Batata, leg. e ovo 	
Sobremesa: Maçã		Sobremesa: Maçã	
Sábado		Sábado	
Sopa: Repolho 		Sopa: Repolho 	
Prato: Massa à Lavrador 		Prato: Frango estufado c/Esparguete, cenoura e repolho 	
Dieta: Frango cozido c/Massa 		Dieta: Frango cozido c/Esparguete, cenoura e repolho 	
Sobremesa: Pêra		Sobremesa: Pêra	
Domingo		Domingo	
Sopa: Bróculos 		Sopa: Bróculos 	
Prato: Perú no forno c/batata assada 		Prato: Rojões c/ batata frita e arroz branco 	
Dieta: Perú no forno c/batata assada 		Dieta: Bife de Perú grelhado c/Batata cozida 	
Sobremesa: Aletria 		Sobremesa: Pudim 	

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

Ementas 15 / 07 / 2024 a 21 / 07 / 2024		Ementas 22 / 07 / 2024 a 28 / 07 / 2024	
Segunda-feira		Segunda-feira	
Sopa: Couve-flor 		Sopa: Couve-flor 	
Prato: Salada de feijão frade, atum, ovo e arroz branco 		Prato: Bolinhos de Bacalhau c/Arroz de legumes 	
Dieta: Arroz com atum 		Dieta: Douradinhos c/Arroz branco 	
Sobremesa: Maçã		Sobremesa: Maçã	
Terça-feira		Terça-feira	
Sopa: Espinafres 		Sopa: Espinafres 	
Prato: Massa de Vitela com repolho 		Prato: Massa à Lavrador 	
Dieta: Frango cozido c/Massa 		Dieta: Frango cozido c/Massa 	
Sobremesa: Pêra		Sobremesa: Pêra	
Quarta-feira		Quarta-feira	
Sopa: Feijão verde 		Sopa: Feijão verde 	
Prato: Peixe Vermelho no forno c/batata e legumes 		Prato: Sardinhas grelhadas c/batata cozida 	
Dieta: Peixe Vermelho no forno c/batata e legumes 		Dieta: Sardinhas grelhadas c/batata cozida 	
Sobremesa: Banana		Sobremesa: Banana	
Quinta-feira		Quinta-feira	
Sopa: Repolho 		Sopa: Repolho 	
Prato: Arroz de pato 		Prato: Feijoada c/Arroz branco 	
Dieta: Arroz de pato 		Dieta: Bife de Porco grelhado c/Arroz 	
Sobremesa: Laranja		Sobremesa: Laranja	
Sexta-feira		Sexta-feira	
Sopa: Alho Francês 		Sopa: Alho Francês 	
Prato: Bacalhau à brás 		Prato: Salada de Grão de bico, batata, atum e ovo cozido 	
Dieta: P. Bacalhau c/Batata, ovo e legumes 		Dieta: Atum, ovo e Batata 	
Sobremesa: Maçã		Sobremesa: Maçã	
Sábado		Sábado	
Sopa: Repolho 		Sopa: Repolho 	
Prato: Lombo estufado c/Massa cotovelinhos 		Prato: Frango estufado c/Esparquete, cenoura e repolho 	
Dieta: Costeletas grelhadas c/Massa cot. 		Dieta: Frango cozido c/Esparquete, cenoura e repolho 	
Sobremesa: Pêra		Sobremesa: Pêra	
Domingo		Domingo	
Sopa: Bróculos 		Sopa: Bróculos 	
Prato: Frango assado c/ feijão preto 		Prato: Carne Porco Alentejana 	
Dieta: Frango assado c/ arroz 		Dieta: Bife de vitela grelhado c/Batata cozida 	
Sobremesa: Gelatina 		Sobremesa: Doce Teixeira 	

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



Ementas 29 / 07 / 2024 a 31 / 07 / 2024	
Segunda-feira	
Sopa: Couve-flor	
Prato: Douradinhos no forno c/Arroz de legumes	
Dieta: Douradinhos no forno c/Arroz de legumes	
Sobremesa: Maçã	
Terça-feira	
Sopa: Espinafres	
Prato: Massa de Vitela com repolho	
Dieta: Frango cozido c/Massa	
Sobremesa: Pêra	
Quarta-feira	
Sopa: Feijão verde	
Prato: Pescada no forno c/arroz de legumes	
Dieta: Pescada no forno c/arroz de legumes	
Sobremesa: Banana	

A ementa apresentada pode sofrer alterações motivadas por imprevistos de fornecimento de matérias-primas ou de funcionalidade de equipamentos de cozinha.

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



Lác teos



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					