Ementas 01 / 11 / 2025 a 02 / 11 / 2025	Ementas 03 / 11 / 2025 a 09 / 11 / 2025
	Segunda-feira
	Sopa: Couve-flor
	Prato: Pescada no forno c/arroz de legumes
	Prato: Pescada no forno c/arroz de legumes
	Sobremesa: Maçã
	Terça-feira
	Sopa: Espinafres
	Prato: Rancho
	Dieta: Frango cozido c/Massa
	Sobremesa: Pêra
	Quarta-feira
	Sopa: Feijão verde
	Prato: Peixe Vermelho no forno c/batata e legumes
	Dieta: Peixe Vermelho no forno c/batata e legumes
	Sobremesa: Banana
	Quinta-feira
	Sopa: Repolho
	Prato: Bifanas c/massa espiral
	Dieta: Bifanas c/massa espiral
	Sobremesa: Laranja
	Sexta-feira
	Sopa: Alho Francês
	Prato: Solha c/arroz de legumes
	Dieta: Douradinhos no forno c/arroz de legumes
	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: Vitela c/ batata assada	**Prato:** Carne Porco Alentejana
Dieta: Bife de Perú grelhado c/Batata cozida	**Dieta:** Bife de vitela grelhado c/Batata cozida
Sobremesa: Aletria	**Sobremesa:** Pudim

Ementas 10 / 11 / 2025 a 16 / 11 / 2025	Ementas 17 / 11 / 2025 a 23 / 11 / 2025
Segunda-feira	**Segunda-feira**
Sopa: Couve-flor	**Sopa:** Couve-flor
Prato: Bolinhos de Bacalhau c/Arroz de legumes	**Prato:** Douradinhos no forno c/Arroz de legumes
Dieta: Douradinhos c/Arroz branco	**Dieta:** Douradinhos no forno c/Arroz de legumes
Sobremesa: Maçã	**Sobremesa:** Maçã
Terça-feira	**Terça-feira**
Sopa: Espinafres	**Sopa:** Espinafres
Prato: Massa de Vitela com repolho	**Prato:** Rancho
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: Sardinhas grelhadas c/batata cozida	**Prato:** Entremeada grelhada c/batata a murro
Dieta: Sardinhas grelhadas c/batata cozida	**Dieta:** Entremeada grelhada c/batata a murro
Sobremesa: Banana	**Sobremesa:** Banana
Quinta-feira	**Quinta-feira**
Sopa: Repolho	**Sopa:** Repolho
Prato: Arroz de pato	**Prato:** Frango estufado c/massa espiral, cenoura
Dieta: Arroz de pato	**Dieta:** Frango cozido c/massa espiral , cenoura
Sobremesa: Laranja	**Sobremesa:** Laranja
Sexta-feira	**Sexta-feira**
Sopa: Alho Francês	**Sopa:** Alho Francês
Prato: Salada de Grão de bico, batata, atum e ovo cozido	**Prato:** Salada Russa c/Filetes Cavala e ovo cozido
Dieta: Atum, ovo e Batata	**Dieta:** Peixe Vermelho c/Batata, leg. e ovo
Sobremesa: Maçã	**Sobremesa:** Maçã
Sábado	**Sábado**
Sopa: Repolho	**Sopa:** Repolho
Prato: Perú estufado c/ Massa espiral, cenoura e repolho	**Prato:** Lombo estufado c/Massa cotovelinhos
Dieta: Perú cozido c/ Massa espiral, cenoura e repolho	**Dieta:** Costeletas grelhadas c/Massa cot.
Sobremesa: Pêra	**Sobremesa:** Pêra
Domingo	**Domingo**
Sopa: Bróculos	**Sopa:** Bróculos
Prato: Frango assado c/ feijão preto	**Prato:** Rojões c/ batata frita e arroz branco
Dieta: Frango assado c/ arroz	**Dieta:** Bife de Perú grelhado c/Batata cozida
Sobremesa: Doce Teixeira	**Sobremesa:** Gelatina

Ementas 24 / 11 / 2025 a 30 / 11 / 2025	
Segunda-feira	
Sopa: Couve-flor	
Prato: Salada de feijão frade, atum, ovo e arroz branco	
Dieta: Arroz com atum	
Sobremesa: Maçã	
Terça-feira	
Sopa: Espinafres	
Prato: Frango estufado c/Esparguete, cenoura e repolho	
Dieta: Frango cozido c/Esparguete, cenoura e repolho	
Sobremesa: Pêra	
Quarta-feira	
Sopa: Feijão verde	
Prato: Abrótea no forno c/batata e legumes	
Dieta: Abrótea no forno c/batata e legumes	
Sobremesa: Banana	
Quinta-feira	
Sopa: Repolho	
Prato: Feijoada c/Arroz branco	
Dieta: Bife de Porco grelhado c/Arroz	
Sobremesa: Laranja	
Sexta-feira	
Sopa: Alho Francês	
Prato: Bacalhau à brás	
Dieta: P. Bacalhau c/Batata, ovo e legumes	
Sobremesa: Maçã	
Sábado	
Sopa: Repolho	
Prato: Jardineira	
Dieta: Bife de Frango grelhado c/Massa cozida	
Sobremesa: Pêra	
Domingo	
Sopa: Bróculos	
Prato: Carne Porco Alentejana	
Dieta: Bife de vitela grelhado c/Batata cozida	
Sobremesa: Pão de Ló	

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

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

Tremoços

Moluscos

Amendoins

Crustáceos

Soja