

De 25 A 29 DE MAIO DE 2026

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNEOS	KCAL
2º FEIRA	Sopa	Macedónia de legumes		102
	Prato	Douradinhos de peixe ^{1,4} no forno com arroz alegre (cenoura, ervilhas)	Glúten, Peixe	315
	Vegetariano	Empadão de soja ⁶ com cenoura e tomate (arroz)	Soja	381
	Salada/Legumes	Salada de milho, cenoura e alface		48
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)		75
3º FEIRA	Sopa	Grelos		92
	Prato	Massa de carnes à lavrador ¹ (carne de porco, feijão, cenoura, macarronete ¹ e couve lombarda)	Glúten	452
	Vegetariano	Massa à lavrador vegetariana (feijão, cenoura, couve lombarda e macarronete ¹)	Glúten	323
	Salada/Legumes	Salada de alface, couve roxa e beterraba		43
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)		38
4º FEIRA	Sopa	Curgete e cenoura ralada		81
	Prato	Peixe ⁴ estufado com ovo ³ ralado e batata cozida	Peixe, ovo	320
	Vegetariano	Jardineira de lentilhas		399
	Salada/Legumes	Cenoura, feijão-verde e milho cozidos		44
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina		38/60
5º FEIRA	Sopa	Alho-francês		87
	Prato	Perna de peru lascada assada no forno com cenoura às rodelas e arroz branco		489
	Vegetariano	Arroz de grão com cenoura e espinafres		392
	Salada/Legumes	Salada de alface, tomate e beterraba		33
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)		38
6º FEIRA	Sopa	Feijão com espinafres		104
	Prato	Peixe ⁴ assado no forno com pimentos e batata cozida	Peixe	251
	Vegetariano	Salada de ervilhas, batata, cenoura, couve-flor e brócolos		255
	Salada/Legumes	Salada de pepino, couve roxa e cenoura ralada		29
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)		38

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. **Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**

