



Ementa semana de 30 de maio a 3 de junho de 2022

Refeição		Segunda-feira 30/05/2022	Terça-feira 31/05/2022	Quarta-feira 01/06/2022	Quinta-feira 02/06/2022	Sexta-feira 03/06/2022
Almoço	Sopa	Agrião	Creme de ervilhas	Juliana	Alho francês	Cenoura e couve branca
	Prato	Bacalhau cozido grão, batata, cenoura e couve- flor	Bifes de frango de cebolada com massa Salada de tomate e pepino	Frango assado com batatas Fritas e salada de alface e tomate	Red fish de cebolada com batata cozida e feijão- verde	Filetes de pescada no forno com arroz branco Brócolos e cenoura
	Sobremesa	Kiwi	Banana	Maçã	Pera	Laranja

Observações: As refeições podem conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixes; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 8 – Frutos de casca rija, nomeadamente, amêndoas, avelãs, nozes, castanhas de caju, pistácios, entre outros; 9 – Aipo ;10 – Mostarda;11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – Tremoço; 14 – Moluscos.

<i>*A ementa pode estar sujeita a alterações</i>		
Data	Alteração	Responsável

O Nutricionista,

André Mourinho Correia
Ced. Prof. nº 0269N



Ementa semana de 06 a 10 de junho de 2022

Refeição		Segunda-feira 06/06/2022	Terça-feira 07/06/2022	Quarta-feira 08/06/2022	Quinta-feira 09/06/2022	Sexta-feira 10/06/2022
Almoço	Sopa	Rúcula	Creme feijão com Nabiças	Caldo verde	Creme e Couve-flor	Feriado
	Prato	Frango assado com batata frita Salada de alface e couve roxa	Massada de tamboril Salada de alface e cebola	Ervilhas com ovos Salada de alface e rúcula	Pescada no forno com batata assada Salada de alface e tomate	
	Sobremesa	Pera	Maçã	Banana	Laranja ou gelatina	

Observações: As refeições podem conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixes; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 8 – Frutos de casca rija, nomeadamente, amêndoas, avelãs, nozes, castanhas de caju, pistácios, entre outros; 9 – Aipo ;10 – Mostarda;11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – Tremoço; 14 – Moluscos.

<i>*A ementa pode estar sujeita a alterações</i>		
Data	Alteração	Responsável

O Nutricionista,

André Mourinho Correia
Ced. Prof. nº 0269N



Ementa semana de 13 a 17 de junho de 2022

Refeição		Segunda-feira 13/06/2022	Terça-feira 14/06/2022	Quarta-feira 15/06/2022	Quinta-feira 16/06/2022	Sexta-feira 17/06/2022
Almoço	Sopa	Creme de abóbora	Rúcula	Creme de legumes	Feriado	Campestre
	Prato	Feijoada de choco com arroz Salada de alface e cenoura	Arroz de frango no forno Salada de alface e cenoura	Bacalhau cozido com ovo, batata e brócolos		Salada de atum com batata cozida feijão-frade e cenoura
	Sobremesa	Laranja	Maçã	Kiwi ou arroz doce		Clementinas

Observações: As refeições podem conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixes; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 8 – Frutos de casca rija, nomeadamente, amêndoas, avelãs, nozes, castanhas de caju, pistácios, entre outros; 9 – Aipo ;10 – Mostarda;11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – Tremoço; 14 – Moluscos.

<i>*A ementa pode estar sujeita a alterações</i>		
Data	Alteração	Responsável

O Nutricionista,

André Mourinho Correia
Ced. Prof. nº 0269N



Ementa semana de 20 a 24 de junho de 2022

Refeição		Segunda-feira 20/06/2022	Terça-feira 21/06/2022	Quarta-feira 22/06/2022	Quinta-feira 23/06/2022	Sexta-feira 24/06/2022
Almoço	Sopa	Feijão-verde	Nabiças	Creme de Couve-flor	Caldo-verde	Alface
	Prato	Febras estufadas com arroz branco e salada de alface e tomate	Bacalhau à gomes de Sá (com ovo) Salada de tomate e cebola	Pernas de frango no forno com arroz de ervilhas Salada de tomate e pepino	Pescada no forno com batata assada Salada de alface e rúcula	Vitela estufada com massa Salada de alface e milho
	Sobremesa	Pera	Banana	Laranja	Melão	Kiwi

Observações: As refeições podem conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixes; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 8 – Frutos de casca rija, nomeadamente, amêndoas, avelãs, nozes, castanhas de caju, pistácios, entre outros; 9 – Aipo ;10 – Mostarda;11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – Tremoço; 14 – Moluscos.

<i>*A ementa pode estar sujeita a alterações</i>		
Data	Alteração	Responsável

O Nutricionista,

André Mourinho Correia
Ced. Prof. nº 0269N



Ementa semana de 27 de junho a 1 de julho de 2022

Refeição		Segunda-feira 27/06/2022	Terça-feira 28/06/2022	Quarta-feira 29/06/2022	Quinta-feira 30/06/2022	Sexta-feira 01/07/2022
Almoço	Sopa	Agrião	Creme de ervilhas	Juliana	Alho francês	Cenoura e couve branca
	Prato	Empadão de atum Salada de alface e tomate	Cubos de carne de vaca estufados com esparguete Salada de alface	Red fish no forno com batata Couve-flor e cenoura cozida	Jardineira de frango com ervilhas cenoura e batata	Filetes de pescada no forno com arroz branco Brócolos e cenoura
	Sobremesa	Kiwi	Banana	Maçã	Pera	Laranja

Observações: As refeições podem conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixes; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 8 – Frutos de casca rija, nomeadamente, amêndoas, avelãs, nozes, castanhas de caju, pistácios, entre outros; 9 – Aipo ;10 – Mostarda;11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – Tremoço; 14 – Moluscos.

<i>*A ementa pode estar sujeita a alterações</i>		
Data	Alteração	Responsável

O Nutricionista,

André Mourinho Correia
Ced. Prof. nº 0269N