


















## EMENTA

	4 - Semana de 21 – 04 – 2025 a 25 – 04 - 2025	
P-V	Almoço	Alergénios
2ª Feira	ENCERRADO	
3ª Feira	<p><i>Sopa de couve-flor</i></p> <p><b>Geral:</b> Douradinhos de pescada no forno com arroz fresco de feijão catarino e salada de tomate ●●</p> <p><b>Dieta:</b> Pescada grelhada com arroz branco e feijão-verde ●</p> <p>Fruta da época</p>	
4ª Feira	<p><i>Sopa de espinafres</i></p> <p><b>Geral:</b> Lombo de porco assado com batata assada e salada de alface e couve roxa ●●</p> <p><b>Dieta:</b> Bife de peru grelhado com batata e cenoura cozida ●</p> <p>Fruta da época</p>	
5ª Feira	<p><i>Sopa de couve coração</i></p> <p><b>Geral:</b> Hamburguer de aves grelhado com esparguete cozida e salada de alface ●●</p> <p><b>Dieta:</b> Bife de peru grelhado com esparguete e cenoura cozidas ●●</p> <p>Fruta da época</p>	
6ª Feira	FERIADO	

### Regulamento (EU) N°1169/2011:

	Glúten		Crustáceos		Ovo		Peixe		Amendoins
	Soja		Leite		Frutos de casca rija		Aipo		Mostarda
	Sementes de sésamo		Dióxido de enxofre e sulfitos		Tremoço		Moluscos		

Pratos com métodos de confeção leves, sem/com pouca gordura, peixe ou carnes magras.

● Pratos com métodos de confeção leves, com quantidade média de gordura ou carnes vermelhas.

● Pratos com maior quantidade de gordura, fritos ou enchidos/processados.

As ementas em vigor foram elaboradas com base nas recomendações da Circular n°3/DSEEAS7DGE72013 e DGE/DGS/ON/2018.

Prevê-se alteração à **ementa** por motivos religiosos, festividades, donativos, alteração da sazonalidade dos produtos hortícolas, excesso ou rutura de stock.