



EMENTA

		5 - Semana de 22 - 12 - 2025 a 26 - 12 - 2025					
P-V	Almoço			Alergénios			
2º Feira	<p><i>Sopa de Feijão-verde</i></p> <p><u>Geral:</u> Bife de peru grelhado com massa esparguete cozida e salada de tomate e cenoura raspada</p> <p><u>Dieta:</u> Bife de peru grelhado com massa esparguete e cenoura cozidos</p> <p>Fruta da época</p>						
3º Feira	<p><i>Sopa de couve lombarda</i></p> <p><u>Geral:</u> Salmão grelhado com arroz fresco de tomate e brócolos cozidos</p> <p><u>Dieta:</u> Pescada estufada ao natural com arroz branco e brócolos cozidos</p> <p>Fruta da época</p>						
4º Feira	ENCERRADO						
5º Feira	NATAL						
6º Feira	ENCERRADO						

Regulamento (EU)

Nº1169/2011:

	Glúten		Crustáceos		Ovo		Peixe		Aipo		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 nº3/DSEEA7DGE72013 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.