



<b>SEGUNDA – FEIRA</b>		<b>22-06-2026</b>
SOPA	Cenoura e Acelgas	
PRATO	Febras de Porco Estufadas, Massa, Alface e Cenoura <sup>1,3,6,7,12</sup>	
VEGETARIANO	Lasanha Vegetariana (soja), Alface e Cenoura <sup>1,3,6,7,12</sup>	
SOBREMESA	Fruta	
<b>TERÇA – FEIRA</b>		<b>23-06-2026</b>
SOPA	Abóbora e Nabo	
PRATO	Atum à Brás, Tomate e Milho-doce <sup>4,6,12</sup>	
VEGETARIANO	Alho-francês e Azeitona à Brás, Tomate e Milho-doce <sup>6,12</sup>	
SOBREMESA	Fruta	
<b>QUARTA – FEIRA</b>		<b>24-06-2026</b>
SOPA	Caldo-Verde <sup>6</sup>	
PRATO	Macarronada de Porco e Macedónia <sup>1,3,6,12</sup>	
VEGETARIANO	Macarronada de Grão-de-bico, Couve-repolho e Macedónia <sup>1,3</sup>	
SOBREMESA	Fruta	
<b>QUINTA – FEIRA</b>		<b>25-06-2026</b>
SOPA	Alho-francês e Feijão-branco	
PRATO	Frango Assado, Arroz de cenoura e Feijão-verde <sup>12</sup>	
VEGETARIANO	Feijoada à Vegetariana com Arroz de cenoura <sup>12</sup>	
SOBREMESA	Fruta	
<b>SEXTA – FEIRA</b>		<b>26-06-2026</b>
SOPA	Cevadinha	
PRATO	Massa de Salmão com Natas e Beterraba <sup>RIPADA 1,3,4,7,12</sup>	
VEGETARIANO	Couscous com Salteado de Lentilhas, Pimentos e Cogumelos <sup>1,3,12</sup>	
SOBREMESA	Fruta	

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

