



Ementa



Valências: **Infantil**

Refeição: **Almoço**

Semana: **06 a 10 de abril de 2026**

Refeição	Almoço
2ª Feira	PÁSCOA
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Filetes de pescada crocante no forno com arroz de tomate e feijão branco e salada mista ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾ Prato dieta: Lombinhos de pescada cozidos com arroz de cenoura e salada mista ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Costeletas estufadas com massa estufada com ervilhas e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato Dieta: Costeletas grelhadas com massa e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Filetes de salmão no forno com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Bifinho de frango grelhado com cogumelos com massa espiral e salada mista ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época

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, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.



Ementa



Valências: **Infantil**

Refeição: **Almoço**

Semana: **13 a 17 de abril de 2026**

Refeição	Almoço
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Salada russa com atum ⁽³⁾⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Bolonhesa de carne de vaca com salada mista ^{(1)(3) (6)(10)} Prato Dieta: Carne cozida com massa cozida e salada mista ^{(1)(3) (6)(10)}
4ª Feira	Sopa: Sopa de ervilhas Prato principal: Ovos mexidos com arroz solto de legumes ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Perna de frango estufada com massa espiral estufada com macedónia Prato Dieta: Perna de frango cozida com massa e macedónia cozidas Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Batatas à espanhola com filetes de paloco com feijão verde cozido ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época

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, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.



Ementa



Valências: **Infantil**

Refeição: **Almoço**

Semana: **20 a 24 de abril de 2026**

Refeição	Almoço
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Massa à lavrador ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato Dieta: Carne cozida com massa e couve cozidas ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Filetes de red fish no forno com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Bifanas estufadas com batatas e juliana de legumes cozidas com molho de cebolada Prato Dieta: Febra grelhada com batatas e juliana de legumes cozida Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Filetes de pescada no forno com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Tiras de frango estufadas com massa espiral e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato Dieta: Bifinho de frango grelhado com massa e brócolos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época

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, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.



Ementa



Valências: **Infantil**

Refeição: **Almoço**

Semana: **27 de abril a 01 de maio de 2026**

Refeição	Almoço
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Bolonhesa de atum com salada ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Feijoada à transmontana com arroz branco Prato Dieta: Carne cozida com arroz branco e couve cozida Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Salada de batata com ovo ralado e raminhos de brócolos ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Perna de frango estufado com massa cotovelos estufada com legumes ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato dieta: Perna de frango cozida com massa e legumes cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	FERIADO

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, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.