

(Esta ementa só é garantida a utilizadores com senha de refeição pré-comprada)

ALMOÇO

Segunda-feira 21.07.2025	
Sopa	Ervilhas Alergénios: Não contém
Carne	Massa de peru com cogumelos gratinados no forno Alergénios: Glúten, sulfitos, leite, pode conter vestígios de ovo
Vegetariano	Empadão de soja com legumes Alergénios: Sulfitos, glúten, semente de sésamo, frutos de casca rija
Terça-feira 22.07.2025	
Sopa	Feijão com hortalíça Alergénios: Não contém
Peixe	Abrótea no forno com migas de espinafres Alergénios: Peixe, sulfitos, glúten
Vegetariano	Tofu à lagareiro Alergénios: Sulfitos, soja
Quarta-feira 23.07.2025	
Sopa	Peixe* Alergénios: Glúten, peixe pode conter vestígios de leite ou mariscos, sulfitos
Carne	Pá de porco estufada com esparguete Alergénios: Glúten, pode conter vestígios de ovo
Vegetariano	Fusilli com beringela e feijão encarnado Alergénios: Glúten, sulfitos, pode conter vestígios de ovo
Quinta-feira 24.07.2025	
Sopa	Alho francês Alergénios: Não contém
Carne	Bifes de frango estufados com pimentos e arroz de ervilhas Alergénios: Sulfitos, leite e ovo
Vegetariano	Strogonoff de seitan com arroz de ervilhas Alergénios: Soja, glúten
Sexta-feira 25.07.2025	
Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Peixe	Arroz de tamboril Alergénios: Peixe, moluscos
Vegetariano	Massa siciliana (lentilhas, tomate e azeitonas) Alergénios: Sulfitos, glúten, pode conter vestígios de ovo
Sobremesa diária: Fruta Doce Iogurte Alergénios: Leite, glúten *Possibilidade de solicitar alternativa de sopa para refeições vegetarianas	

JANTAR (em take away)

Segunda-feira 21.07.2025	
Sopa	Ervilhas Alergénios: Não contém
Peixe	Caldeirada de peixe Alergénios: Peixe, sulfitos, crustáceos, moluscos
Vegetariano	Empadão de soja com legumes Alergénios: Sulfitos, glúten, semente de sésamo, frutos de casca rija
Terça-feira 22.07.2025	
Sopa	Feijão com hortalíça Alergénios: Não contém
Carne	Frango estufado com cogumelos e arroz branco Alergénios: Sulfitos
Vegetariano	Tofu à lagareiro Alergénios: Sulfitos, soja
Quarta-feira 23.07.2025	
Sopa	Peixe* Alergénios: Glúten, peixe pode conter vestígios de leite ou mariscos, sulfitos
Peixe	Solha frita com salada russa Alergénios: Peixe, glúten, ovo
Vegetariano	Fusilli com beringela e feijão encarnado Alergénios: Glúten, sulfitos, pode conter vestígios de ovo
Quinta-feira 24.07.2025	
Sopa	Alho francês Alergénios: Não contém
Peixe	Carapau assado com batata cozida Alergénios: Peixe
Vegetariano	Strogonoff de seitan com arroz de ervilhas Alergénios: Soja, glúten
Sexta-feira 25.07.2025	
Sopa	Espinafres Alergénios: Não contém
Carne	Costeleta de porco à portuguesa com puré Alergénios: Sulfitos, leite
Vegetariano	Massa siciliana (lentilhas, tomate e azeitonas) Alergénios: Sulfitos, glúten, pode conter vestígios de ovo