



## EMENTA | Abril

### Segunda-feira – 08

Sopa	Nabo
Prato Principal	Lombos de pescada no forno com batata e legumes <sup>4</sup>
Salada	Cenoura, feijão-verde e brócolos <sup>12</sup>
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte e pão com fimbre <sup>1, 6, 7</sup>

### Terça-feira – 09

Sopa	Couve-portuguesa com feijão-vermelho
Prato Principal	Perna de peru estufado com massa <sup>1</sup>
Salada	Rúcula, alface e couve-roxa <sup>12</sup>
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	Leite, pão com manteiga e fruta <sup>1, 7</sup>

### Quarta-feira – 10

Sopa	Couve-flor
Prato Principal	Pota guisada com batatas <sup>2, 4, 14</sup>
Salada	Cenoura e feijão-verde <sup>12</sup>
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte e pão com queijo <sup>1, 7</sup>

### Quinta-feira – 11

Sopa	Creme de abóbora com beterraba
Prato Principal	Rancho (frango, carne de vaca, grão, massa cotovelo) <sup>1</sup>
Salada	Alface, beterraba e cenoura <sup>12</sup>
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	Leite e pão com fiambre <sup>1, 6, 7</sup>

### Sexta-feira – 12

Sopa	Feijão-Verde
Prato Principal	Bacalhau à Brás <sup>3, 4</sup>
Salada	Alface, Tomate e pepino <sup>12</sup>
Sobremesa	3 variedades de fruta da época
Lanche	logurte, pão com manteiga e fruta <sup>1, 7</sup>

*Nota: Esta ementa é elaborada de acordo com os critérios definidas pela DGE. A ementa poderá sofrer alterações, sempre que se justifique. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos.*

