



Ano Letivo: 2025/2026
Refeição: Almoço
Mês: Abril
Semana: 2ª Semana



13/04 - SEGUNDA-FEIRA

Sopa: Creme de brócolos

Prato Geral: Almondégas¹ em molho de tomate com esparguete¹ | Mourão: Esparguete¹ à bolonhesa

Prato Vegetariano: Almondégas de lentilhas em molho de tomate com esparguete¹

Vegetais: Salada de alface, tomate e cenoura

Sobremesa: Fruta da época (Maçã)

14/04 - TERÇA-FEIRA

Sopa: Sopa de abóbora e espinafres

Prato Geral: Solha⁴ no forno com batata assada

Prato Vegetariano: Rancho¹² vegetariano

Vegetais: Salada de alface, tomate e pimento

Sobremesa: Fruta da época (Pera)

15/04 - QUARTA-FEIRA

Sopa: Creme de batata e feijão encarnado¹²

Prato Geral: Ovos^{3,7} mexidos com arroz

Prato Vegetariano: Tofu⁶ mexido com espinafres e arroz

Vegetais: Salada de alface, tomate e cebola

Sobremesa: Fruta da época (Quivi)

16/04 - QUINTA-FEIRA

Sopa: Sopa de couve-branca e cenoura

Prato Geral: Bifinhos de porco com fusilli^{1,7}

Prato Vegetariano: Estufado de grão¹² e cogumelos com fusilli¹

Vegetais: Salada de alface, cenoura e pimento

Sobremesa: Fruta da época (Banana)

17/04 - SEXTA-FEIRA

Sopa: Sopa de feijão-branco¹² com juliana de legumes

Prato Geral: Bacalhau⁴ / paloco⁴ espiritual⁷

Prato Vegetariano: Tofu⁶ espiritual com puré de couve-flor e batata

Vegetais: Salada de cenoura, rúcula e tomate

Sobremesa: Fruta da época (Laranja) ou Mousse de chocolate

A ementa poderá sofrer alterações sempre que os critérios de qualidade assim o exijam ou por motivos imprevistos.

Opção vegetariana disponível por pedido! Solicite com 1 semana de antecedência na cantina.

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