



Ano Letivo: 2025/2026
Refeição: Almoço
Mês: Abril
Semana: 4ª Semana



27/04 - SEGUNDA-FEIRA

Sopa: Creme de abóbora e cenoura

Prato Geral: Hambúrguer de bovino com arroz | Mourão: Salada de feijão-frade¹² com atum⁴ e ovo³

Prato Vegetariano: Hambúrguer de feijão-preto¹² com arroz | Mourão: Salada morna de feijão-frade¹² com massa¹, legumes grelhados e molho de limão

Vegetais: Salada de alface, tomate e cenoura

Sobremesa: Fruta da época (Maçã)

28/04 - TERÇA-FEIRA

Sopa: Sopa de alho-francês e curgete

Prato Geral: Salada de feijão-frade¹² com atum⁴ e ovo³ | Mourão: Hambúrguer de bovino com arroz

Prato Vegetariano: Salada morna de feijão-frade¹² com massa¹, legumes grelhados e molho de limão | Mourão: Hambúrguer de feijão-preto¹² com arroz

Vegetais: Salada de alface, tomate e pimento

Sobremesa: Fruta da época (Pera)

29/04 - QUARTA-FEIRA

Sopa: Creme de cenoura, feijão e espinafres

Prato Geral: Frango em molho de tomate com esparguete¹

Prato Vegetariano: Seitan¹ em molho de tomate com esparguete¹

Vegetais: Salada de alface, tomate e cebola

Sobremesa: Fruta da época (Quivi)

30/04 - QUINTA-FEIRA

Sopa: Sopa juliana

Prato Geral: Corvina⁴ no forno com batata e cenoura assadas

Prato Vegetariano: Tofu⁶ grelhado com batata e cenoura assadas

Vegetais: Salada de alface, cenoura e pimento

Sobremesa: Fruta da época (Banana) ou Gelatina

01/05 - SEXTA-FEIRA

Feriado – Dia do trabalhador

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.