

EMENTA

SEMANA DE 19 A 23 DE JANEIRO DE 2026

- ☐ ERPI
- ☐ CD
- ☒ SAD
- ☐ Cantina Social
- ☐ Colaboradores

Segunda 19 Janeiro	Sopa: Legumes Geral: Massada de bacalhau com tomate, pimento e salada de alface Dieta: Peixe grelhado com massa cozida e feijão verde Sobremesa: Fruta da época
Terça 20 Janeiro	Sopa: Legumes Geral: Bife de frango grelhado com arroz branco, feijão preto e couve-galega salteada Dieta: Bife de frango grelhado com arroz branco e couve flor Sobremesa: Fruta da época
Quarta 21 Janeiro	Sopa: Legumes Geral: Carapau grelhado com batatas cozidas, molho verde e brócolos Dieta: Carapau grelhado com batatas cozidas e brócolos Sobremesa: Fruta da época
Quinta 22 Janeiro	Sopa: Legumes Geral: Arroz à Valenciana com salada de alface e cebola Dieta: Carne de vaca cozida com arroz e cenoura cozida Sobremesa: Fruta da época
Sexta 23 Janeiro	Sopa: Legumes Geral: Abrótea estufada com puré e salada de couve roxa e couve coração Dieta: Abrótea cozida com batatas cozidas e couve coração Sobremesa: Fruta da época

Esta ementa poderá estar sujeita a alterações por situações imprevistas
Alergénios: informe-se junto da nossa equipa

