

## Ementa | Almoço

Semana de 13/01/2025 a 17/01/2025

### DIA 13/01/2025 - SEGUNDA-FEIRA

Carne

Sopa	Couve-flor
Prato	Massa à Carbonara (massa espiral, ovo, fiambre de aves e cogumelos) <sup>1,3,6,7</sup>
Salada	Alface e cenoura
Sobremesa	Fruta da Época

### DIA 14/01/2025 - TERÇA-FEIRA

Peixe

Sopa	Couve com feijão branco
Prato	Lombos de perca no forno com arroz de cenoura <sup>4</sup>
Salada	Alface e tomate
Sobremesa	Fruta da Época

### DIA 15/01/2025 - QUARTA-FEIRA

Carne

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Strogonoff de peru com cogumelos e massa espiral <sup>1</sup>
Salada	Alface, couve roxa e tomate
Sobremesa	Fruta da Época

### DIA 16/01/2025 - QUINTA-FEIRA

Peixe

Sopa	Nabiça
Prato	Peixe vermelho com batata assada <sup>4</sup>
Salada	Feijão-verde e cenoura (cozidos)
Sobremesa	Fruta da Época / Gelatina <sup>1,3,6,7,8,12</sup>

### DIA 17/01/2025 - SEXTA-FEIRA

Carne

Sopa	Brócolos
Prato	Feijoada à Transmontana (cubinhos de carne de vaca e porco, feijão vermelho, cenoura, repolho) com arroz branco
Salada	Alface e tomate
Sobremesa	Fruta da Época

### Ementa sujeita a alteração

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: (1) Cereais que contêm glúten, (2) Crustáceos, (3) Ovos, (4) Peixe e produtos à base de peixe, (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.