



27 A 30 ABRIL | 1.º CICLO

2025/2026

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	SOPA: SOPA DE COUVE CORAÇÃO PRATO: BOLONHESA DE CARNES COM ESPARGUETE ^{1,3} HORTÍCOLAS: COUVE ROXA E CENOURA RASPADAS SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	SOPA: CREME DE ESPINAFRES E ABÓBORA PRATO: DOURADINHOS NO FORNO COM ARROZ DE ERVILHAS E CENOURA ^{1,3,4,7} HORTÍCOLAS: SALADA DE TOMATE SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	SOPA: SOPA DE REPOLHO PRATO: ROJÕES COM BATATA ALOURADA ¹² HORTÍCOLAS: SALADA MISTA SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	SOPA: CREME DE LEGUMES COM ERVILHAS PRATO: ARROZ DE ATUM COM OVO ^{3,4} HORTÍCOLAS: SALADA DE ALFACE SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	FERIADO



NOTAS

A EMENTA PODERÁ SER ALTERADA POR MOTIVOS IMPREVISTOS.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1. Glúten; 2. Crustáceos/Marisco; 3. Ovos; 4. Peixe e produtos à base de peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite/Lactose; 8. Frutos de Casca Rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de Enxofre e Sulfitos; 13. Tremoços; 14. Moluscos
(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)

Cada cidadão da União Europeia desperdiça 132 kg de alimentos por ano!

Segundo a Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), cerca de **um terço de todos os alimentos produzidos** no mundo são perdidos ou desperdiçados em alguma das fases da cadeia de abastecimento alimentar.

Na UE, desperdiçam-se mais de 59 milhões de toneladas de alimentos todos os anos, o que equivale a 132kg de alimentos por pessoa.

FONTE: <https://www.consilium.europa.eu/pt/policies/food-waste/>

