



06 A 10 JULHO | EMENTA GERAL 2025/2026



Neste verão beba água pela sua saúde. Hidrate-se ao longo do dia.

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	SOPA DE ABÓBORA E COUVE-BRANCA	CANJA DE GALINHA ^{1,3}	FERIADO MUNICIPAL	SOPA DE ESPINAFRES	SOPA DE ALHO-FRANCÊS E REPOLHO
DIETA GERAL	COSTELA E ENTRECOSTO GRELHADO COM FEIJÃO PRETO E ARROZ ¹²	SALMÃO NO FORNO COM BATATA ASSADA ⁴		FRANGO GRELHADO COM BATATA FRITA ¹²	FEIJOADA À PORTUGUESA ¹²
DIETA LIGEIRA	BACALHAU COZIDO COM TODOS ^{3,4}	FRANGO ESTUFADO AO NATURAL COM MASSA ESPIRAL, FEIJÃO-VERDE E CENOURA BABY ^{1,3}		PESCADA COZIDA BATATA E HORTALIÇA ⁴	BIFE DE FRANGO GRELHADO COM ARROZ SECO E FEIJÃO-VERDE
DIETA VEGETARIANA	SALSICHAS VEGETARIANAS GRELHADAS COM FEIJÃO PRETO E ARROZ ⁶	MASSA VEGETARIANA COM SEITAN, COGUMELOS, ERVILHAS, REPOLHO E CENOURA ^{1,3,7}		OVOS ESCALFADOS COM BATATA FRITA E SALADA MISTA ³	BERINGELA RECHEADA COM MISTURA DE LEGUMES E QUEIJO GRATINADO ⁷
HORTÍCOLAS	SALADA DE TOMATE	SALADA DE ALFACE		SALADA MISTA	(REPOLHO E CENOURA)
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA		GELADO ⁷	FRUTA DA ÉPOCA

NOTAS

A EMENTA PODERÁ SER ALTERADA POR MOTIVOS IMPREVISTOS.

Dieta Geral – Dieta completa e equilibrada desenhada segundo os princípios da alimentação saudável.

Dieta Ligeira – Dieta com restrição de gordura.

Dieta Vegetariana – Dieta predominantemente rica em produtos de origem vegetal pode incluir ovos ou laticínios.

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)