



## 29 JUNHO A 03 JULHO | EMENTA GERAL 2025/2026



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	CREME DE AGRIÃO E REPOLHO	CALDO VERDE <sup>12</sup>	SOPA DE ALHO-FRANCÊS E NABO	SOPA GRÃO-DE-BICO E CURGETE	SOPA DE TRONCHUDA
DIETA GERAL	CARNE ESTUFADA COM COGUMELOS E ARROZ DE CENOURA	SARDINHA ASSADA COM BATATA COZIDA <sup>4</sup>	ESPETADAS DE PORCO GRELHADAS COM FEIJÃO PRETO E ARROZ	MASSA FRIA COM CAMARÃO E DELICIAS DO MAR <sup>1,2,3,4</sup>	FRANGO ASSADO COM BATATA ASSADA <sup>12</sup>
DIETA LIGEIRA	RED-FISH ASSADO COM BATATA ASSADA <sup>4</sup>	BIFE DE FRANGO GRELHADO COM BATATA COZIDA	FILETE DE ABRÓTEA NO FORNO COM ARROZ SECO <sup>4</sup>	PERU ESTUFADO AO NATURAL COM ARROZ DE CENOURA	MASSA COM SALMÃO E TOMATE CHERRY <sup>1,3,4</sup>
DIETA VEGETARIANA	FOLHADO DE LEGUMES <sup>1,3</sup>	JARDNEIRA VEGETARIANA COM TOFU E MACEDÓNIA <sup>6</sup>	FEIJOADA DE SOJA COM LEGUMES E ARROZ SECO <sup>6</sup>	OVOS MEXIDOS COM ARROZ DE CENOURA E SALADA DE ALFACE E CENOURA <sup>3</sup>	CURGETE RECHEADA COM MISTURA DE LEGUMES E QUEIJO <sup>7</sup>
HORTÍCOLAS	SALADA DE ALFACE	SALADA MISTA COM PIMENTO	SALADA DE TOMATE	SALADA DE ALFACE E CENOURA	SALADA DE PEPINO
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA	MELÃO	FRUTA DA ÉPOCA	GELATINA <sup>1,6</sup>	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)