



20 A 24 JULHO | EMENTA GERAL

2025/2026



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	SOPA DE CURGETE E ABÓBORA	CREME DE ESPINAFRES E CENOURA	SOPA DE FEIJÃO E REPOLHO	SOPA JULIANA	CREME DE TRONCHUDA E GRÃO-DE-BICO
DIETA GERAL	PICANHA GRELHADA COM BATATA FRITA E ARROZ	DOURADA GRELHADA COM ARROZ DE LEGUMES ⁴	LOMBO DE PORCO ASSADO COM BATATA ASSADA ¹²	BACALHAU À GOMES SÁ ^{3,4}	COSTELETAS DE PORCO GRELHADAS COM MASSA ESPIRAL SALTEADA ^{1,3}
DIETA LIGEIRA	RED-FISH ASSADO AO NATURAL COM ARROZ BRANCO ⁴	BIFE DE PERU GRELHADO COM ARROZ DE LEGUMES ^{1,3}	POTA COZIDA COM BATATA E LEGUMES ¹⁴	FRANGO GRELHADO COM ARROZ SECO	MASSADA DE PEIXE COM TOMATE ^{1,2,3,4}
DIETA VEGETARIANA	MASSA COM LEGUMES E SOJA ^{1,3,6}	ARROZ SECO DE LEGUMES COM QUEIJO GRATINADO ⁷	OVOS COZIDOS COM BATATA E LEGUMES ³	CROQUETES VEGETARIANOS COM ARROZ SECO E BRÓCOLOS ^{1,6}	COGUMELOS SALTEADOS COM CURGETE, PIMENTO E CENOURA COM ESPARGUETE SALTEADA ^{1,3}
HORTÍCOLAS	SALADA MISTA	SALADA DE TOMATE	SALADA DE ALFACE E CENOURA	BRÓCOLOS COZIDOS	JULIANA DE ALFACE E CENOURA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	GELADO ^{1,7}	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)