



01 A 04 SETEMBRO | EMENTA GERAL

2026/2027



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA		SOPA DE FEIJÃO-VERDE	SOPA DE ALHO-FRANCÊS E NABO	SOPA GRÃO-DE-BICO E CURGETE	SOPA DE TRONCHUDA
DIETA GERAL		BOLINHOS DE BACALHAU COM SALADA DE FEIJÃO-FRADE, OVO E ARROZ SECO ^{1,3,4}	CARNE DE PORCO À ALENTEJANA ^{2,12}	DOURADA ASSADA NO FORNO COM BATATA A MURRO ⁴	TRIPAS À MODA DO PORTO ¹²
DIETA LIGEIRA		BIFE DE PERU GRELHADO COM ARROZ SECO	FILETES DE PERCA GRELHADOS COM BATATA COZUDA E SALADA DE FEIJÃO-VERDE ⁴	FRANGO ESTUFADO AO NATURAL COM MASSA ESPIRAL E CENOURA BABY	ROBALO ASSADO AO NATURAL COM ARROZ DE LEGUMES E COUVE-DE-BRUXELAS ⁴
DIETA VEGETARIANA		SALADA DE FEIJÃO-FRADE COM OVO, ARROZ SECO E SALADA MISTA ³	JARDNEIRA VEGETARIANA COM SEITAN E FEIJÃO-VERDE ⁶	COTVELINHOS ESTUFADOS COM COGUMELOS, ERVILHAS, REPOLHO, CENOURA E GRATINADOS NO FORNO COM QUEIJO ^{1,3,7}	SALSICHAS VEGETARIANAS GRELHADAS COM ARROZ DE LEGUMES E COUVE-DE-BRUXELAS ^{1,6}
HORTÍCOLAS		SALADA MISTA	FEIJÃO-VERDE COZIDO	BRÓCOLOS COZIDOS	COUVE-DE-BRUXELAS
SOBREMESA		FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	BOLO DE LARANJA ^{1,3}	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)