

EMENTA

SEMANA DE 13 A 17 DE JULHO DE 2026

- | | |
|-------------------------------------|----------------|
| ☐ | ERPI |
| ☐ | CD |
| ☒ | SAD |
| ☐ | Cantina Social |
| ☐ | Colaboradores |

Segunda 13 Julho	Sopa: Legumes Geral: Fusili de atum com salada de alface e cebola Dieta: Abrótea grelhada com massa cozida e cenoura Sobremesa: Fruta da época
Terça 14 Julho	Sopa: Legumes Geral: Bifanas com arroz branco e salada de cenoura e beterraba raspadas Dieta: Fêvera grelhada com arroz branco e feijão verde cozido Sobremesa: Fruta da época
Quarta 15 Julho	Sopa: Legumes Geral: Bacalhau à Gomes de Sá com salada de alface, cebola e pepino Dieta: Pescada cozida com batatas cozidas e repolho Sobremesa: Fruta da época
Quinta 16 Julho	Sopa: Legumes Geral: Esparguete à bolonhesa com salada de alface e cenoura Dieta: Peru grelhado com massa cozida e cenoura Sobremesa: Fruta da época
Sexta 17 Julho	Sopa: Legumes Geral: Filetes de pescada fritos com arroz de feijão e salada de tomate e cebola Dieta: Pescada grelhada com arroz de cenoura Sobremesa: Fruta da época

Esta ementa poderá estar sujeita a alterações por situações imprevistas
Alergénios: informe-se junto da nossa equipa

Ementa elaborada por: Joana Maranhas | Nutricionista



Ementa aprovada por: