










































































































































Ementas 01 / 09 / 2023 a 03 / 09 / 2023	Ementas 04 / 09 / 2023 a 10 / 09 / 2023
	Segunda-feira
	Sopa: Couve-flor 
	Prato: Douradinhos no forno c/Arroz de legumes 
	Dieta: Douradinhos no forno c/Arroz de legumes 
	Sobremesa: Maçã
	Terça-feira
	Sopa: Espinafres 
	Prato: Orelha c/grelos e batata cozida 
	Dieta: Bife de Frango grelhado c/batata cozida 
	Sobremesa: Pêra
	Quarta-feira
	Sopa: Feijão verde 
	Prato: Solha c/arroz de legumes 
	Dieta: Douradinhos no forno c/arroz de legumes 
	Sobremesa: Banana
	Quinta-feira
	Sopa: Repolho 
	Prato: Bifanas c/massa espiral 
	Dieta: Bifanas c/massa espiral 
	Sobremesa: Laranja
Sexta-feira	Sexta-feira
Sopa: Repolho 	Sopa: Alho Francês 
Prato: Peixe Vermelho no forno c/Batata e legumes 	Prato: Pescada no forno c/Batata e legumes 
Dieta: Peixe Vermelho no forno c/Batata e legumes 	Dieta: Pescada no forno c/Batata e legumes 
Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Maçã
Sábado	Sábado
Sopa: Repolho 	Sopa: Repolho 
Prato: Massa à Lavrador 	Prato: Frango estufado c/Esparguete, cenoura e repolho 
Dieta: Frango cozido c/Massa 	Dieta: Frango cozido c/Esparguete, cenoura e repolho 
Sobremesa: Pêra	Sobremesa: Pêra
Domingo	Domingo
Sopa: Bróculos 	Sopa: Bróculos 
Prato: Perú no forno c/arroz de legumes 	Prato: Rojões c/ batata frita e arroz branco 
Dieta: Perú no forno c/arroz de legumes 	Dieta: Bife de Perú grelhado c/Batata cozida 
Sobremesa: Gelatina 	Sobremesa: Aletria 

Cópia	Controlada	Nº _____	Elaborado por:	Verificado por:	Aprovado por:	Data:
	Não Controlada					

Ementas 11 / 09 / 2023 a 17 / 09 / 2023		Ementas 18 / 09 / 2023 a 24 / 09 / 2023	
Segunda-feira		Segunda-feira	
Sopa: Couve-flor 		Sopa: Couve-flor 	
Prato: Salada de feijão frade, atum, ovo e arroz branco 		Prato: Bolinhos de Bacalhau c/Arroz de legumes 	
Dieta: Arroz com atum 		Dieta: Douradinhos c/Arroz branco 	
Sobremesa: Maçã		Sobremesa: Maçã	
Terça-feira		Terça-feira	
Sopa: Espinafres 		Sopa: Espinafres 	
Prato: Massa à Bolonhesa 		Prato: Massa de Vitela com repolho 	
Dieta: Frango cozido c/Massa 		Dieta: Frango cozido c/Massa 	
Sobremesa: Pêra		Sobremesa: Pêra	
Quarta-feira		Quarta-feira	
Sopa: Feijão verde 		Sopa: Feijão verde 	
Prato: Pescada cozida c/Batata e legumes 		Prato: Sardinhas grelhadas c/batata cozida 	
Dieta: Pescada cozida c/Batata e legumes 		Dieta: Sardinhas grelhadas c/batata cozida 	
Sobremesa: Banana		Sobremesa: Banana	
Quinta-feira		Quinta-feira	
Sopa: Repolho 		Sopa: Repolho 	
Prato: Feijoada c/Arroz branco 		Prato: Arroz de pato 	
Dieta: Bife de Porco grelhado c/Arroz 		Dieta: Arroz de pato 	
Sobremesa: Laranja		Sobremesa: Laranja	
Sexta-feira		Sexta-feira	
Sopa: Alho Francês 		Sopa: Alho Francês 	
Prato: Salada Russa c/Filetes Cavala e ovo cozido 		Prato: Salada de Grão de bico, batata, atum e ovo cozido 	
Dieta: Peixe Vermelho c/Batata, leg. e ovo 		Dieta: Atum, ovo e Batata 	
Sobremesa: Maçã		Sobremesa: Maçã	
Sábado		Sábado	
Sopa: Repolho 		Sopa: Repolho 	
Prato: Lombo estufado c/Massa cotovelinhos 		Prato: Frango estufado c/Esparguete, cenoura e repolho 	
Dieta: Costeletas grelhadas c/Massa cot. 		Dieta: Frango cozido c/Esparguete, cenoura e repolho 	
Sobremesa: Pêra		Sobremesa: Pêra	
Domingo		Domingo	
Sopa: Bróculos 		Sopa: Bróculos 	
Prato: Vitela c/ batata assada 		Prato: Carne Porco Alentejana 	
Dieta: Bife de Perú grelhado c/Batata cozida 		Dieta: Bife de vitela grelhado c/Batata cozida 	
Sobremesa: Pudim 		Sobremesa: Doce Teixeira 	

Cópia	Controlada	Nº _____	Elaborado por:	Verificado por:	Aprovado por:	Data:
	Não Controlada					

Ementas 25 / 09 / 2023 a 30 / 09 / 2023	
Segunda-feira	
Sopa: Couve-flor  	
Prato: Salada de feijão frade, atum, ovo e arroz branco     	
Dieta: Arroz com atum   	
Sobremesa: Maçã	
Terça-feira	
Sopa: Espinafres   	
Prato: Jardineira    	
Dieta: Bife de Frango grelhado c/Massa cozida    	
Sobremesa: Pêra	
Quarta-feira	
Sopa: Feijão verde   	
Prato: Entremeada grelhada c/batata a murro   	
Dieta: Entremeada grelhada c/batata a murro   	
Sobremesa: Banana	
Quinta-feira	
Sopa: Alho Francês   	
Prato: Rancho    	
Dieta: Frango cozido c/Massa    	
Sobremesa: Laranja	
Sexta-feira	
Sopa: Alho Francês   	
Prato: Bacalhau à brás   	
Dieta: P. Bacalhau c/Batata, ovo e legumes    	
Sobremesa: Maçã	
Sábado	
Sopa: Repolho  	
Prato: Massa à Lavrador    	
Dieta: Frango cozido c/Massa    	
Sobremesa: Pêra	

A ementa apresentada pode sofrer alterações motivadas por imprevistos de fornecimento de matérias-primas ou de funcionalidade de equipamentos de cozinha.

Cópia	Controlada	Nº _____	Elaborado por:	Verificado por:	Aprovado por:	Data:
	Não Controlada					

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados.



Peixe



Aipo



Ovos



Lác teos



Grãos de sésamo



Glúten

Dióxido de enxofre
e sulfitos

Tremaços



Moluscos



Amendoins



Crustáceos



Soja

Cópia	Controlada	Nº ____	Elaborado por:	Verificado por:	Aprovado por:	Data:
	Não Controlada					