

EMENTAS | abril 2025

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 14	31/03/2025	01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025
Sopa		Sopa juliana	Creme de ervilhas	Creme de legumes	Creme de cenoura
Prato		Massa à Carbonara	Salada Russa	Frango Assado com arroz de cenoura	Pescada à Gomes de Sá
Sobremesa		Banana	Gelatina/Maçã	Pêra	Banana
Semana 15	07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025
Sopa	FÉRIAS				
Prato Principal					
Sobremesa					
Semana 16	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025
Sopa	FÉRIAS				
Prato Principal					
Sobremesa					
Semana 17	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025
Sopa	Creme de ervilhas	Sopa de feijão verde	Sopa de legumes	Sopa de couve branca	Feriado
Prato Principal	Panadinhos de frango no forno com arroz à Primavera	Vitelinha estufada com esparguete	Empadão de atum	Arroz à Valenciana	
Sobremesa	Banana	Gelatina	Maçã	Pêra	
Semana 18	28/04/2025	29/04/2025	30/04/2025		
Sopa	Sopa de couve coração	Sopa de espinafres	Creme de legumes		
Prato Principal	Pescada à Gomes de Sá	Feijoada de aves e arroz	Jardineira de vitela		
Sobremesa	Laranja	Banana	Maçã		

Informação:

- As ementas podem sofrer alterações;
- Todos os dias as refeições são acompanhadas por salada variada (alface, tomate e cenoura).

EMENTAS | maio 2025

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 19	28/04/2025	29/04/2025	30/04/2025	01/05/2025	02/05/2025
Sopa					Creme de ervilhas
Prato				Feriado	Massa espiral com ovo, atum e milho
Sobremesa					Gelatina/Maçã
Semana 20	05/05/2025	06/05/2025	07/05/2025	08/05/2025	09/05/2025
Sopa	Creme de cenoura	Creme de alho francês	Creme de abóbora	Sopa de couve branca	Sopa de espinafres
Prato Principal	Massa à Carbonara	Arroz de atum no forno	Peixe à Gomes de Sá	Almondegas com esparguete	Frango assado com arroz
Sobremesa	Maçã	Salada de fruta	Laranja	Pêra	Banana
Semana 21	12/05/2025	13/05/2025	14/05/2025	15/05/2025	16/05/2025
Sopa	Creme de legumes	Creme de cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de legumes	Creme de legumes
Prato Principal	Bifanas grelhadas, feijão preto e arroz	Lombinhos de pescada cozida e legumes	Chili de carne com arroz branco	Strogonoff de aves com arroz branco	Empadão de atum
Sobremesa	Gelatina	Banana	Tangerina	Pêra	Laranja
Semana 22	19/05/2025	20/05/2025	21/05/2025	22/05/2025	23/05/2025
Sopa	Creme de ervilhas	Sopa de feijão verde	Sopa de legumes	Sopa de couve branca	Creme de legumes
Prato Principal	Lombos de pescada no forno com arroz branco	Massa à bolonhesa	Lombo de porco assado com arroz branco	Bifinhos de frango grelhados com esparguete salteado	Pescada à Gomes de Sá
Sobremesa	Banana	Gelatina	Maçã	Pêra	Tangerina
Semana 23	26/05/2025	27/05/2025	28/05/2025	29/05/2025	30/05/2025
Sopa	Creme de legumes	Sopa Juliana	Creme de alho francês	Sopa de espinafres	Creme de legumes
Prato Principal	Panadinhos de frango no forno com arroz de cenoura	Peixe à Brás	Massa Penne com frango	Bifinhos de peru grelhados com arroz branco e legumes salteados	Lombinhos de peixe no forno
Sobremesa	Laranja	Maçã	Salada de fruta	Laranja	Pêra

Informação:

- As ementas podem sofrer alterações;
- Todos os dias as refeições são acompanhadas por salada variada (alface, tomate e cenoura).

EMENTAS | junho 2025

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 24	02/06/2025	03/06/2025	04/06/2025	05/06/2025	06/06/2025
Sopa	Sopa de feijão verde	Sopa Juliana	Creme de ervilhas	Sopa de couve lombarda	Creme de cenoura
Prato	Arroz de peixe	Vitelinha estufada com esparguete salteado	Massa à bolonhesa	Arroz à Valenciana	Massa espiral com ovo, atum e milho
Sobremesa	Maçã	Banana	Gelatina/Maçã	Laranja	Pêra
Semana 25	09/06/2025	10/06/2025	11/06/2025	12/06/2025	13/06/2025
Sopa	Creme de ervilhas		Creme de legumes	Sopa de espinafres	Creme de abóbora
Prato Principal	Lombos de pescada estufados com arroz branco	Feriado	Salada Russa	Rojões	Frango assado com esparguete salteado
Sobremesa	Maçã		Laranja	Pêra	Maçã
Semana 26	16/06/2025	17/06/2025	18/06/2025	19/06/2025	20/06/2025
Sopa	Creme de cenoura	Sopa Juliana	Creme de ervilhas		Creme de legumes
Prato Principal	Peixe à Gomes de Sá	Jardineira de carne	Arroz de frango no forno	Feriado	Feijoada de aves
Sobremesa	Maçã	Banana	Gelatina		Pêra
Semana 27	23/06/2025	24/06/2025	25/06/2025	26/06/2025	27/06/2025
Sopa	Creme de ervilhas		Sopa de legumes	Sopa de couve branca	Creme de legumes
Prato Principal	Medalhões de peixe assado no forno	Feriado	Strogonoff de frango com massa Penne	Chili de carne com arroz branco	Lombinhos de peixe gratinados com brócolos
Sobremesa	Banana		Maçã	Pêra	Tangerina
Semana 28	30/06/2025				
Sopa	Creme de legumes				
Prato Principal	Peixe à Brás				
Sobremesa	Laranja				

Informação:

- As ementas podem sofrer alterações;
- Todos os dias as refeições são acompanhadas por salada variada (alface, tomate e cenoura).