

Ementa Semanal - 27 de abril a 1 de maio de 2026
Berçário

| Almoço | | | |
|--------|--|-----------|-------------------------------------|
| | Creme | Sobremesa | Lanche |
| 2ª | Creme de alface (batata, alface, curgete) com frango | Maçã | logurte natural e puré de fruta (7) |
| 3ª | Creme de agrião (batata, abóbora, agrião) com pescada (2,4,14) | Pera | Farinha Láctea (1,3,7,8) |
| 4ª | Creme de abóbora (batata, abóbora, nabo) com vaca | Banana | logurte natural e puré de fruta (7) |
| 5ª | Creme de couve-flor (batata, cenoura, couve-flor) com pescada (2,4,14) | Banana | Farinha Láctea (1,3,7,8) |
| 6ª | Feriado: 1º de maio | | |

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada. Qualquer Utente que sofra de alergia ou intolerância alimentar deverá contactar os nossos colaboradores.

Alergénios: 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremço; 14 Moluscos
Regulamento (EU) nº 1169/2011

Ementa Semanal - 27 de abril a 1 de maio de 2026
Creche (Sala 1 Ano)

| Almoço | | | | |
|--------|----------------------------|---|----------------|--|
| Sopa | Prato | Sobremesa | Lanche | |
| 2ª | Sopa | Picadinho de vaca estufado simples com massa e salada mista (1,3,6,10,12) | Fruta da época | logurte natural com fruta batida e pão (1,7) |
| 3ª | Agrião | Salada simples de atum com legumes e batata cozida (2,3,4,7,12,14) | Fruta da época | Farinha Láctea (1,3,7,8) |
| 4ª | Agrião | Arroz de frango simples com salada (12) | Fruta da época | logurte natural com fruta batida e pão (1,7) |
| 5ª | Abóbora com hortelã | Bife de peru estufado simples com puré e salada mista (1,3,6,7,9,12) | Fruta da época | Farinha Láctea (1,3,7,8) |
| 6ª | Feriado: 1º de maio | | | |

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada. Qualquer Utente que sofra de alergia ou intolerância alimentar deverá contactar os nossos colaboradores.

Alergénios: 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremçoço; 14 Moluscos

Regulamento (EU) nº 1169/2011

Ementa Semanal - 27 de abril a 1 de maio de 2026
Creche (Sala 2 Anos)

| Almoço | | | |
|---------------------------|---|----------------|----------------------------------|
| Sopa | Prato | Sobremesa | Lanche |
| 2ª Sopa | Picadinho de vaca estufado simples com massa e salada mista (1,3,6,10,12) | Fruta da época | iogurte natural e pão (1,7) |
| 3ª Agrião | Salada simples de atum com legumes e batata cozida (2,3,4,7,12,14) | Fruta da época | Leite com cereais de milho (1,7) |
| 4ª Agrião | Arroz de frango simples com salada (12) | Fruta da época | iogurte natural e pão (1,7) |
| 5ª Abóbora com hortelã | Bife de peru estufado simples com puré e salada mista (1,3,6,7,9,12) | Fruta da época | Leite e pão (1,7) |
| 6ª | Feriado: 1º de maio | | |

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada. Qualquer Utente que sofra de alergia ou intolerância alimentar deverá contactar os nossos colaboradores.

Alergénios: 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremço; 14 Moluscos

Regulamento (EU) nº 1169/2011

Ementa Semanal - 27 de abril a 1 de maio de 2026
Pré-Escolar

| Almoço | | | | | |
|--------|----------------------------|---|---|----------------|--|
| Sopa | Prato | Dieta | Sobremesa | Lanche | |
| 2ª | Sopa | Frango com esparguete, legumes e salada de alface e cenoura (1,3,6,7,8,10,12) | Picadinho de vaca estufado simples com massa e salada mista (1,3,6,10,12) | Fruta da época | Leite e pão com manteiga (1,7) |
| 3ª | Agrião | Tortilha de atum com salada (3,4,7,12) | Salada simples de atum com legumes e batata cozida (2,3,4,7,12,14) | Fruta da época | logurte e pão com doce (1,7) |
| 4ª | Agrião | Carne de porco à portuguesa com arroz e salada (12) | Arroz de frango simples com salada (12) | Fruta da época | Leite com chocolate e pão com manteiga (1,7) |
| 5ª | Abóbora com hortelã | Cottage pie com salada mista (1,3,6,7,9,12) | Bife de peru estufado simples com puré e salada mista (1,3,6,7,9,12) | Gelatina | logurte e pão com doce (1,7) |
| 6ª | Feriado: 1º de maio | | | | |

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada. Qualquer Utente que sofra de alergia ou intolerância alimentar deverá contactar os nossos colaboradores.

Alergénios: 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremoço; 14 Moluscos
Regulamento (EU) nº 1169/2011

Ementa Semanal - 27 de abril a 1 de maio de 2026
Colégio

| Almoço | | | | |
|--------|----------------------------|---|---|----------------|
| Sopa | Prato | Dieta | Sobremesa | |
| 2ª | Creme de legumes | Frango com esparguete, legumes e salada de alface e cenoura (1,3,6,7,8,10,12) | Picadinho de vaca estufado simples com massa e salada mista (1,3,6,10,12) | Fruta da época |
| 3ª | Agrião | Tortilha de atum com salada (3,4,7,12) | Salada simples de atum com legumes e batata cozida (2,3,4,7,12,14) | Fruta da época |
| 4ª | Abóbora com hortelã | Carne de porco à portuguesa com arroz e salada (12) | Arroz de frango simples com salada (12) | Fruta da época |
| 5ª | Creme de couve-flor | Cottage pie com salada mista (1,3,6,7,9,12) | Bife de peru estufado simples com puré e salada mista (1,3,6,7,9,12) | Pudim (1,3,7) |
| 6ª | Feriado: 1º de maio | | | |

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada. Qualquer Utente que sofra de alergia ou intolerância alimentar deverá contactar os nossos colaboradores.

Alergénios: 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremoço; 14 Moluscos
Regulamento (EU) nº 1169/2011

Ementa Semanal - 27 abril a 3 de maio de 2026
Centro Paroquial / Centro de Dia / Apoio Domiciliário

| | | Almoço | | | |
|---------------|---------------------------|---|---|----------------|--|
| | Sopa | Prato | Dieta | Sobremesa | Lanche |
| 2ª | Creme de legumes | Frango com esparguete, legumes e salada de alface e cenoura (1,3,6,7,8,10,12) | Picadinho de vaca estufado simples com massa e salada mista (1,3,6,10,12) | Fruta da época | Leite/ iogurte com pão com manteiga/doce (1,7) |
| 3ª | Agrião | Tortilha de atum com salada (3,4,7,12) | Salada simples de atum com legumes e batata cozida (2,3,4,7,12,14) | Fruta da época | Leite/ iogurte com pão com manteiga/doce (1,7) |
| 4ª | Abóbora com hortelã | Carne de porco à portuguesa com arroz e salada (12) | Arroz de frango simples com salada (12) | Fruta da época | Leite/ iogurte com pão com queijo/fiambre (1,6,7) |
| 5ª | Creme de couve-flor | Cottage pie com salada mista (1,3,6,7,9,12) | Bife de peru estufado simples com puré e salada mista (1,3,6,7,9,12) | Pudim (1,3,7) | Chá/leite/ iogurte com pão com manteiga/doce (1,7) |
| 6ª | Caldo-verde (1,3,6) | Medalhões de pescada no forno com molho de limão e coentros, com arroz de cenoura e legumes (2,4,12,14) | | Fruta da época | Leite/ iogurte com pão com manteiga/doce (1,7) |
| Sáb * Dom* | Couve-coração Coentros | Massada de peru com legumes (1,3,6,10,12) | Massada de peru simples com legumes (1,3,6,10,12) | Fruta da época | |
| | | Maruca cozida com batata cozida e legumes cozidos (2,4,14) | | | |

* Apenas Apoio Domiciliário

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alérgenos de forma direta ou cruzada. Qualquer Utente que sofra de alergia ou intolerância alimentar deverá contactar os nossos colaboradores.

Alérgenos: 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremoço; 14 Moluscos

Regulamento (EU) nº 1169/2011