

# Ementa IPCA 02/09/2024

## ALMOÇO/JANTAR

### PRATO

#### 2ª FEIRA

**SOPA** Legumes

**PRINCIPAL** Coxa de frango estufada com massa e ervilhas

**VEGETARIANO** Massada de legumes

#### 3ª FEIRA

**SOPA** Legumes

**PRINCIPAL** Bacalhau com natas

**VEGETARIANO** Rissóis de legumes

#### 4ª FEIRA

**SOPA** Legumes

**PRINCIPAL** Bifinhos de frango grelhados com massa

**VEGETARIANO** Croquetes de legumes

#### 5ª FEIRA

**SOPA** Legumes

**PRINCIPAL** Pescada gratinada com batata

**VEGETARIANO** Camponesa de legumes

#### 6ª FEIRA

**SOPA** Legumes

**PRINCIPAL** Rojões à minhota

**VEGETARIANO** Omelete de queijo

Atenção:

Ementa sujeita a alterações;

Todos os pratos são acompanhados por salada ou legumes; Sobremesa do dia: fruta da época ou doce

\*Valores nutricionais médios aproximados por prato

Se desejar prato estritamente vegetariano, informar a cozinha com um dia de antecedência;

Informação sobre alergénios presentes na ementa: solicitar na cantina.

6



Rita Gueiral, nutricionista, 1608N