

Ano Letivo 2025/2026

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Sopa de legumes		384	92
	Peixe	Massada de peixe, pescada, tomate e coentros	Ovo ,peixe, glúten	1287	308
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
3ª Feira	Sopa	Creme de espinafres		518	124
	Carne	Febras de porco, batata assada e salada alface e tomate		992	237
	Sobremesa				
		Fruta cozida		313	75
4ª FEIRA	Sopa	Sopa de hortaloga		424	101
	Peixe	Arroz malandrinho de pota, pimentos e salsa	moluscos	1189	284
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
5ª Feira	Sopa	Creme de abóbora		288	69
	Carne	Arroz de pato, chouriço e couve bruxelas	soja, sulfitos	1018	243
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
6ª FEIRA	Sopa	Sopa minestrone		709	169
	Peixe	Pastéis de bacalhau, arroz de tomate e salada mista	peixe	1175	281
	Sobremesa	Fruta da época		313	75

A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

Os pratos constantes das ementas são acompanhados de saladas (alface ou mista), beterraba cozida, couve-roxa, milho cozido, cenoura ralada e outros ingredientes, à escolha dos utentes dos refeitórios do CVG.

*Ementa sujeita a alteração