

Ano Letivo 2025/2026

| DIA      | PRATO     | EMENTA   | Alergénios             | Energia (kJ) | Energia (kcal) |
|----------|-----------|--|------------------------|--------------|----------------|
| 2ª FEIRA | Sopa      | Creme de couve flôr e ervilhas                               |                        | 393          | 94             |
|          | Peixe     | Pescada cozida com batata e feijão verde                     | peixe                  | 1095         | 262            |
|          | Sobremesa | Fruta da época   |                        | 313          | 75             |
|          |           |  |                        |              |                |
| 3ª Feira | Sopa      | Sopa de legumes e bócolos                                    |                        | 437          | 105            |
|          | Carne     | Hamburguer de novilho, cogumelos e arroz estufado de cenoura | gluten, soja, sulfitos | 1336         | 319            |
|          | Sobremesa |  |                        |              |                |
|          |           | Maça cozida  |                        | 313          | 75             |
| 4ª FEIRA | Sopa      | Sopa de hortaliça  |                        | 424          | 101            |
|          | Peixe     | Pataniscas de pescada, arroz de feijão e salada              | peixe, leite           | 1021         | 243            |
|          | Sobremesa | Fruta da época   |                        | 313          | 75             |
|          |           |  |                        |              |                |
| 5ª Feira | Sopa      | Creme de abóbora   |                        | 415          | 99             |
|          | Carne     | Roti de peru, batata assada e salada de tomate               |                        | 1583         | 243            |
|          | Sobremesa | Fruta da época   |                        | 313          | 75             |
|          |           |  |                        |              |                |
| 6ª FEIRA | Sopa      | Canja com arroz  |                        | 735          | 176            |
|          | Carne     | Pizza de fiambre e queijo e salada mista                     | glúten, soja, leite    | 891          | 257            |
|          | 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