

Ano Letivo 2025/2026

DIA	PRATO	EMENTA	Alergénios	Energia (kJ)	Energia (kcal)
2ª FEIRA	Sopa	Creme de legumes		428	102
	Peixe	Tesourinhos de peixe no forno e salada camponesa	gluten, peixe	808	197
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
3ª Feira	Sopa	Sopa primavera		387	92
	Carne	Strogonoff de frango, cogumelos e arroz branco estufado	leite, sulfitos	1560	371
	Sobremesa	Pêra cozida		313	75
4ª FEIRA	Sopa	Creme de brócolos		437	105
	Peixe	Lombinhos de pescada panados, arroz de tomate e salada mista	gluten, ovo, peixe	1819	435
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
5ª Feira	Sopa	Minestrone		709	169
	Carne	Perna de peru, batata assada e brócolos	glúten	1419	339
	Sobremesa	Fruta da época		313	75
6ª FEIRA	Sopa	Sopa camponesa		393	94
	Peixe	Massa espiral com milho e atum de conserva	gluten, peixe	1117	267
	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