



Ementa – Refeitório/ Lar Residencial/ Residência Autônoma

Semana de 25 a 31 de maio de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira	Sábado	Domingo
Pequeno-almoço	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com marmelada (1,12)	Leite com cevada e pão com fiambre (1,7)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com chouriço (1,6,7,12)	Leite com cevada e pão com marmelada (1,12)
Sopa	Sopa juliana	Sopa de brócolos e cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve com feijão	Caldo verde (1,6,7,12)	Sopa de legumes	Creme de ervilhas
Almoço	Tiras de frango estufadas com cogumelos, macarronete e salada mista (7,12)	Red fish assado com arroz de tomate e salada mista (4)	Frango à Brás e salada mista (1,3,7,9,10)	Douradinhos de pescada com arroz de legumes e salada mista (1,3,7,10)	Febras de porco estufadas com esparguete e salada mista (6,7,10,12)	Solha no forno com arroz de cenoura e feijão verde (4)	Lombo de porco assado com batata e brócolos (12)
Fruta/Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta assada
Lanche	logurte (7) + fruta	Leite com cereais (1,7,8)	Leite com cevada e tostas (1,7)	logurte (7) + fruta	Chá e bolachas (1)	Leite com cereais (1,7,8)	logurte (7) + fruta
Jantar	Salada de atum com ovo e feijão frade (1,3,4)	Frango estufado com jardineira de legumes e macarrão (1,12)	Sopa enriquecida com peixe (4)	Bifes de peru estufados com batata e cenoura (1)	Abrótea cozida com batata, ovo e couve (4)	Sopa enriquecida com carne	Filetes no forno com arroz de tomate e salada mista (1,2,3,4,7,14)
Fruta/Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta assada	Fruta da época	Fruta da época

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 22/5/26

Nutricionista (CP: 2242N): luis B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, 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 Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Ementa – SAD

Semana de 25 a 31 de maio de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira	Sábado	Domingo
Pequeno-almoço	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com marmelada (1,12)	Leite com cevada e pão com fiambre (1,7)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com chouriço (1,6,7,12)	Leite com cevada e pão com marmelada (1,12)
Sopa	Sopa juliana	Sopa de brócolos e cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve com feijão	Caldo verde (1,6,7,12)	Sopa de legumes	Creme de ervilhas
Almoço	Tiras de frango estufadas com cogumelos, macarronete e salada mista (7,12)	Red fish assado com arroz de tomate e salada mista (4)	Jardineira de frango com batata	Pescada assada com arroz de legumes e salada mista (1,3,7,10)	Febras de porco estufadas com esparguete e salada mista (6,7,10,12)	Solha no forno com arroz de cenoura e feijão verde (4)	Lombo de porco assado com batata e brócolos (12)
Fruta/Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta assada e Fruta da época
Lanche	Chá e pão com fiambre (1)	logurte e pão com chouriço (1,7)	Leite com cevada e tostas (1,7)	logurte e pão com manteiga (1,7)	Chá e bolachas (1)	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Chá e pão com fiambre (1)
Jantar	-	Frango estufado com jardineira de legumes e macarrão (1,12)	Sopa enriquecida com peixe (4)	Bifes de peru estufados com batata e cenoura (1)	Abrótea cozida com batata, ovo e couve (4)	Sopa enriquecida com carne	-
Fruta/Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta assada	Fruta da época	-

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 22/5/26

Nutricionista(CP: 2242N): mas B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, 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 Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Ementa – Centro de dia

Semana de 25 a 31 de maio de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira
Pequeno-almoço		Leite com cevada e pão com manteiga ^(1,7)	Leite com cevada e pão com marmelada ^(1,12)	Leite com cevada e pão com fiambre ^(1,7)	Leite com cevada e pão com queijo ^(1,7)
Suplemento		Chá + 2 ou 3 bolachas ⁽¹⁾	Chá + 2 ou 3 tostas ⁽¹⁾	Chá + 2 ou 3 bolachas ⁽¹⁾	Chá + 2 ou 3 tostas ⁽¹⁾
Sopa	Feriado	Sopa de brócolos e cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve com feijão	Caldo verde ^(1,6,7,12)
Almoço		Red fish assado com arroz de tomate e salada mista ⁽⁴⁾	Frango à Brás e salada mista ^(1,3,7,9,10)	Douradinhos de pescada com arroz de legumes e salada mista ^(1,3,7,10)	Febras de porco estufadas com esparguete e salada mista ^(6,7,10,12)
Fruta/Sobremesa		Fruta da época	Fruta da época	Frutas da época	Gelatina
Lanche		Leite com cereais ^(1,7,8)	Leite com cevada e tostas ^(1,7)	Leite com cevada e pão com manteiga ^(1,7)	Chá e bolachas ⁽¹⁾

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 22/5/26

Nutricionista (CP: 2242N): INES B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, 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 Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Ementa – CACI

Semana de 25 a 31 de maio de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira
Suplemento		Chá + 2 ou 3 bolachas ⁽¹⁾	Chá + 2 ou 3 tostas ⁽¹⁾	Chá + 2 ou 3 bolachas ⁽¹⁾	Chá + 2 ou 3 tostas ⁽¹⁾
Sopa		Sopa de brócolos e cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve com feijão	Caldo verde ^(1,6,7,12)
Almoço	Feriado	Red fish assado com arroz de tomate e salada mista ⁽⁴⁾	Frango à Brás e salada mista ^(1,3,7,9,10)	Douradinhos de pescada com arroz de legumes e salada mista ^(1,3,7,10)	Febras de porco estufadas com esparguete e salada mista ^(6,7,10,12)
Fruta/Sobremesa		Fruta da época	Fruta da época	Frutas da época	Gelatina
Lanche		Leite com cereais ^(1,7,8)	Leite com cevada e tostas ^(1,7)	logurte ⁽⁷⁾ + fruta	Chá e bolachas ⁽¹⁾

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 22/5/26

Nutricionista (CP: 2242N): Inês B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, 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 Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Ementa – Dieta

Semana de 25 a 31 de maio de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira	Sábado	Domingo
Pequeno-almoço	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com fiambre (1,7)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com chouriço (1,6,7,12)	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)
Sopa	Sopa juliana	Sopa de brócolos e cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve com feijão	Caldo verde (1,6,7,12)	Sopa de legumes	Creme de ervilhas
Almoço	Tiras de frango estufadas com cogumelos, macarronete e salada mista (7,12)	Red fish assado com arroz de tomate e salada mista (4)	Jardineira de frango com batata	Douradinhos de pescada com arroz de legumes e salada mista (1,3,7,10)	Perna de frango assada com esparguete e salada mista (1)	Solha no forno com arroz de cenoura e feijão verde (4)	Lombo de porco assado com batata e brócolos (12)
Fruta/Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina light	Fruta da época	Fruta assada
Lanche	logurte (7) + fruta	Leite com cereais (1,7,8)	Leite com cevada e tostas (1,7)	logurte (7) + fruta	Chá e bolachas (1)	Leite com cereais (1,7,8)	logurte (7) + fruta
Jantar	Salada de atum com ovo e feijão frade (1,3,4)	Frango estufado com jardineira de legumes e macarrão (1,12)	Sopa enriquecida com peixe (4)	Bifes de peru estufados com batata e cenoura (1)	Abrótea cozida com batata, ovo e couve (4)	Sopa enriquecida com carne	Filetes no forno com arroz de tomate e salada mista (1,2,3,4,7,14)
Fruta/Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta assada	Fruta da época	Fruta da época

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 22/5/26

Nutricionista(CP: 2242N): Wesley

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, 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 Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



Ementa – Berçário

Semana de 25 a 31 de maio de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira
Suplemento		Pera (cozida)	Banana	Maçã (cozida)	Pera (cozida)
Fruta		Maçã (cozida)	Pera (cozida)	Pera (cozida)	Banana
Almoço	Feriado	Batata + cebola + cenoura + brócolos + pescada	Batata + cebola + abóbora + alface + peru	Batata + cebola + cenoura + couve-flor + red fish	Batata + cebola + abóbora + curgete + frango
Lanche		Leite + fruta	Papas	logurte natural	Papas
Suplemento		Banana	Maçã (cozida)	Banana	Maçã (cozida)

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 22/5/26

Nutricionista (CP: 2242N): lms B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, 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 Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



Ementa – Sala 1 ano/Transição

Semana de 25 a 31 de maio de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira
Suplemento alimentar		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Fruta/ Sobremesa		Maçã	Banana	Pera	Tangerina
Sopa		Sopa de brócolos e cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve com feijão	Caldo verde ^(1,6,7,12)
Almoço	Feriado	Red fish assado com arroz de tomate e salada mista ⁽⁴⁾	Jardineira de frango com batata	Douradinhos de pescada com arroz de legumes e salada mista ^(1,3,7,10)	Perna de frango assada com esparguete e salada mista ⁽¹⁾
Lanche		Leite ⁽⁷⁾ Cereais de milho ^(1,7,8)	logurte ⁽⁷⁾ Pão com queijo ^(1,7) Laranja	Leite ⁽⁷⁾ Pão com manteiga de amendoim ^(1,5,6,7,8) Tangerina	logurte ⁽⁷⁾ Pão com queijo creme ^(1,7) Maçã
Suplemento alimentar		Bolachas de arroz	Bolachas de arroz	Bolachas de arroz	Bolachas de arroz

Nota: Sem sobremesa para menores de 3 anos.

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 22/5/26

Nutricionista (CP: 2242N): mes3

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, 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 Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



Ementa – Pré-escolar/ AAAF/ CATL

Semana de 25 a 31 de maio de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira
Suplemento alimentar		Fruta com 1 ou 2 bolachas ⁽¹⁾	Fruta com 1 ou 2 bolachas ⁽¹⁾	Fruta com 1 ou 2 bolachas ⁽¹⁾	Fruta com 1 ou 2 bolachas ⁽¹⁾
Fruta/ Sobremesa		Maçã	Banana	Pera	Gelatina
Sopa		Sopa de brócolos e cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve com feijão	Caldo verde ^(1,6,7,12)
Almoço	Feriado	Red fish assado com arroz de tomate e salada mista ⁽⁴⁾	Frango à Brás e salada mista ^(1,3,7,9,10)	Douradinhos de pescada com arroz de legumes e salada mista ^(1,3,7,10)	Esparguete à bolonhesa e salada mista ^(1,3,12)
Lanche		Leite ⁽⁷⁾ Cereais ^(1,8)	Iogurte ⁽⁷⁾ Pão com chouriço ^(1,6,7,12) Laranja	Leite ⁽⁷⁾ Pão com queijo ^(1,7) Tangerina	Iogurte ⁽⁷⁾ Pão com queijo creme ^(1,7) Maçã
Suplemento alimentar		Bolachas ⁽¹⁾ + pera	Bolachas ⁽¹⁾ + banana	Bolachas ⁽¹⁾ + maçã	Bolachas ⁽¹⁾ + pera

Nota: Sem sobremesa para menores de 3 anos.

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 22/5/26

Nutricionista (CP: 2242N): Mes B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, 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 Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.