



# Centro Social Paroquial Santa Catarina

## EMENTA ESCOLAR – 2 a 5 de fevereiro de 2026



<b>Segunda-Feira</b>	Sopa	Legumes
	Prato	Legumes à Brás, alface <sup>1,3,4,7,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da Época
<b>Terça-Feira</b>	Sopa	Brócolos
	Prato	Peixe assado com batata e brócolos <sup>4,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da Época
<b>Quarta-Feira</b>	Sopa	Canja de Galinha <sup>1,3</sup>
	Prato	Perú guisado com arroz de ervilhas, alface e tomate <sup>12</sup>
	Sobremesa	Gelatina
<b>Quinta-Feira</b>	Sopa	Grão com couve-flor
	Prato	Salada Russa de Bacalhau <sup>3,4,6,12,14</sup>
	Sobremesa	Fruta da Época
<b>Sexta-Feira</b>	Sopa	Caldo-Verde
	Prato	Arroz de Pato Escondido, alface e tomate <sup>1,3,7,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da Época

**Observações:** A ementa pode estar sujeita a alterações por motivos alheios

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

  
Nutricionista Filipe Oliveira (CP2882N)