

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Berçário	Almoço	Sopa	Creme de cenoura (perú)	Sopa de frango	Sopa de curgete (borrego)	Sopa de peru	Sopa de alho francês (coelho)
		Dieta					
		Prato	Pescada estufada Arroz	Frango com massa	Abrótea estufada com batata, cenoura e ervilha	Arroz de frango	Caldeirada
		Sobremesa	Maçã cozida	Pêra cozida	Banana	Pêra cozida	Maçã cozida
	Lanche		Cerelac	Milupa/Nestum	Cerelac	Milupa/Nestum	Cerelac

As sopas são constituídas pelos seguintes elementos: Batata, abóbora, cebola, couve, cenoura e arroz (**curgete e alho francês**)

Nota: Esta ementa poderá conter substâncias que podem produzir ao consumidor intolerâncias ou alergias alimentares. Estes alimentos contêm ou podem conter, por contaminação cruzada: Glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de Casca Rija, Aipo, Mostarda, Sementes de Sésamo, Tremoço, Dióxido enxofre e Sulfitos (de acordo com o Regulamento (UE) nº 1169/2011).

A ementa apresentada pode estar sujeita a alterações (quer nas sopas, prato ou fruta da época).

Para mais informações solicitar à Diretora Pedagógica, Conceição Sousa

A Cozinheira: Cristina Valente

A Diretora Pedagógica: Conceição Sousa

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Creche	Almoço	Sopa	Sopa de legumes	Sopa de couve	Creme de cenoura	Sopa de curgete	Sopa de espinafres
		Dieta					
		Prato	Pescada estufada com arroz Salada mista	Frango com massa Salada de alface	Abrótea com cenoura, batata e ervilha Salada de alface	Hambúrguer de porco grelhado com arroz branco Salada mista	Caldeirada Salada de alface
		Sobremesa	Pêra	Maçã	Gelatina	Gelado	Laranja
	Lanche	Nestum Pão com doce Nestum	Leite Pão com manteiga Iogurte Banana	Cerelac Pão com queijo Cerelac	Iogurte Pão com manteiga Iogurte Banana	Leite Pão com marmelada Nestum	

Salas das Educadoras: Sandra Seixas e Denise Pinho

Nota: Esta ementa poderá conter substâncias que podem produzir ao consumidor intolerâncias ou alergias alimentares. Estes alimentos contêm ou podem conter, por contaminação cruzada: Glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de Casca Rija, Aipo, Mostarda, Sementes de Sésamo, Tremoço, Dióxido enxofre e Sulfitos (de acordo com o Regulamento (UE) nº 1169/2011).

A ementa apresentada pode estar sujeita a alterações (quer nas sopas, prato ou fruta da época).

Para mais informações solicitar à Diretora Pedagógica, Conceição Sousa

A Cozinheira: Cristina Valente

A Diretora Pedagógica: Conceição Sousa

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Pré - escolar	Almoço	Sopa	Sopa de legumes	Sopa de couve	Creme de cenoura	Sopa Juliana	
		Dieta					
		Prato	Arroz de atum Salada mista	Frango com massa Salada mista	Lulas estufadas com cenoura, batata e ervilha Salada de alface	Hambúrguer de porco grelhado com arroz branco Salada mista (tomate)	Caldeirada Salada de alface
		Sobremesa	Pêra	Maçã	Gelatina	Gelado	Laranja
	Lanche	Leite Pão com doce	Leite Pão com manteiga	Leite Pão com queijo	Sumo Pão com manteiga bolo	Iogurte Pão com marmelada	

Nota: Esta ementa poderá conter substâncias que podem produzir ao consumidor intolerâncias ou alergias alimentares. Estes alimentos contêm ou podem conter, por contaminação cruzada: Glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de Casca Rija, Aipo, Mostarda, Sementes de Sésamo, Tremçoço, Dióxido enxofre e Sulfitos (de acordo com o Regulamento (UE) nº 1169/2011).

A ementa apresentada pode estar sujeita a alterações (quer nas sopas, prato ou fruta da época).

Para mais informações solicitar à Diretora Pedagógica, Conceição Sousa