

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Semana 2 - Berçário	Almoço	Sopa	Sopa de coelho	Creme de cenoura (borrego)	Sopa de peru	Sopa de curgete (coelho)	Sopa de frango
		Dieta	Frango		Perú		
		Prato	Coelho estufado com esparguete	Abrótea estufada com batata, cenoura e ervilha	Carne de porco assada com arroz de legumes	Massada de peixe	Perú estufado com batata assada
		Sobremesa	Pêra cozida	Maçã 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	
Semana 2 - Creche	Almoço	Sopa	Sopa de legumes	Creme de cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve	Sopa Juliana
		Dieta	Frango		Perú		
		Prato	Coelho estufado com esparguete Salada mista	Abrótea estufada com batata, cenoura e ervilha Salada de alface	Carne de porco assada com arroz de legumes Salada mista	Massada de peixe Salada mista	Perú estufado com batata assada Salada de alface
		Sobremesa	Pêra	Maçã	Clementina	Maçã	Pêra
	Lanche	Nestum Pão com manteiga Nestum	Leite Pão com manteiga Iogurte banana	Cerelac Pão com fiambre Cérelac	Leite Pão com marmelada Nestum	Iogurte Pão com manteiga Iogurte Banana	

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

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Semana 2 - Pré - escolar	Almoço	Sopa	Sopa de legumes	Creme de cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve	Sopa Juliana
		Dieta	Frango		Perú		
		Prato	Coelho estufado com esparguete Salada mista	Abrótea estufada com batata, cenoura e ervilha Salada alface	Carne de porco assada com arroz de legumes Salada mista	Massada de peixe Salada mista	Perú estufado com batata assada Salada de alface
		Sobremesa	Pêra	Maçã	Clementina	Maçã	Pêra
	Lanche	Leite Pão com manteiga	Leite Pão com queijo	Leite Pão com fiambre	Leite Pão com marmelada	Iogurte Pão com manteiga	

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