

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Semana 5 - Berçário	Almoço	Sopa	Sopa de frango	Sopa de curgete (perú)		Sopa de alho francês (perú)	Sopa de frango
		Dieta					Frango
		Prato	Arroz de frango	Maruca assada com batata e cenoura		Arroz de peixe	Carne de porco assada com esparguete
		Sobremesa	Pêra cozida	Maçã cozida		Maçã cozida	Pêra cozida
	Lanche		Cerelac	Milupa/Nestum		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 5 - Creche	Almoço	Sopa	Sopa de legumes	Sopa de couve		Sopa de feijão verde Creme de cenoura	
		Dieta				Frango	
		Prato	Arroz de frango Salada mista	Maruca assada com batata e cenoura Salada alface		Arroz de peixe Salada alface	Carne de porco assada com esparguete Salada mista
		Sobremesa	Maçã	Pêra		Uvas	Laranja
	Lanche	Nestum Pão com manteiga Cerelac	Leite Pão com doce Iogurte Banana		Leite Pão com marmelada Nestum	Iogurte Pão com manteiga Iogurte Banana	

Salas de 1 Ano

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 5 - Pré - escolar	Almoço	Sopa	Sopa de legumes	Sopa de couve		Sopa de feijão verde	Creme de cenoura
		Dieta					Frango
		Prato	Arroz de frango	Maruca assada com batata e cenoura		Arroz de lulas	Carne de porco assada com esparguete
			Salada mista	Salada de alface		Salada de alface	Salada mista
	Sobremesa	Maçã	Pêra		Uvas	Laranja	
	Lanche	Leite Pão com manteiga	Leite Pão com doce		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

A Cozinheira: Cristina Valente

A Diretora Pedagógica: Conceição Sousa