

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Semana 5 - Berçário	Almoço	Sopa	Sopa de peru	Sopa de curgete (frango)	Sopa de coelho	Sopa de alho francês (perú)	Sopa de frango
		Dieta					Frango
		Prato	Arroz de frango	Maruca assada com batata e cenoura	Bifes de frango com massa	Arroz de peixe	Carne de porco assada com esparguete
		Sobremesa	Maçã cozida	Pêra cozida	Banana	Maçã cozida	Pêra cozida
	Lanche	Cerelac	Milupa/Nestum	Iogurte Fruta	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 Técnica, Conceição Sousa

A Cozinheira: Cristina Valente

A Diretora Técnica: 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 espinafres	Sopa de feijão verde	Creme de cenoura
		Dieta					Frango
		Prato	Arroz de frango Salada mista	Maruca assada com batata e cenoura Salada alface	Bifes de frango com massa Salada mista	Arroz de peixe Salada alface	Carne de porco assada com esparguete Salada mista
		Sobremesa	Maçã	Pêra	Clementina	Maçã	Pêra
	Lanche	Nestum Pão com manteiga Cerelac	Leite Pão com doce Iogurte Banana	Cerelac Pão com queijo Cerelac	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 Técnica, 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 espinafres	Sopa de feijão verde	Creme de cenoura
		Dieta					Frango
		Prato	Arroz de frango no forno	Maruca assada com batata e cenoura	Bife de frango com massa	Arroz de lulas	Carne de porco assada com esparguete
		Sobremesa	Maçã/Sobremesa	Pêra	Clementina	Maçã	Pêra
	Lanche	Leite Pão com manteiga	Leite Pão com doce	Leite Pão com queijo	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 Técnica, Conceição Sousa

A Cozinheira: Cristina Valente

A Diretora Técnica: Conceição Sousa