

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 03 a 07 de abril 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	3 Bolachas Maria/Torrada 1,3,6,7,8,11,12	Sopa	Sopa de Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Bacalhau frito com arroz de feijão-vermelho e repolho ^{1,3,4}		
		Sobremesa	Melão		
TERÇA	Pera	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Laranja + 1 Pão de Cereais com Queijo ^{1,7}	1 logurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Almôndegas com massa esparguete e salada de alface e cenoura raspada ^{1,3}		
		Sobremesa	Banana		
QUARTA	½ Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Alho-francês, Abóbora e Cenoura	Leite MG Simples ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,7}	Banana
		Prato	Empadão de atum com espinafres e salada de couve-roxa ^{1,3,4,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Tangerina		
QUINTA	Maçã	Sopa	Sopa de Espinafres	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	3 Bolachas Maria/Torrada 1,3,6,7,8,11,12
		Prato	Peru com feijão-preto, arroz branco e salada de pepino		
		Sobremesa	Laranja		
SEXTA	FERIADO				

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 10 a 14 de abril 2023

	REFORÇO MANHÃ	ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA		Encerrado			
TERÇA	3 Bolachas Maria/Torrada 1,3,6,7,8,11,12	Sopa	Sopa de Brócolos	Leite MG Simples ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Pera
		Prato	Rancho à Portuguesa, com salada de couve-roxa ^{1,3,6,7}		
		Sobremesa	Laranja		
QUARTA	½ Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora e Feijão-verde	Melão + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Pescada à zé do pipo com salada de pepino e tomate ^{1,3,4,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Maçã		
QUINTA	Pera	Sopa	Sopa de Espinafres	1 logurte liquido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	3 Bolachas Maria/Torrada 1,3,6,7,8,11,12
		Prato	Arroz de Pato com salada de alface e cenoura raspada ^{1,6,7}		
		Sobremesa	Tangerina		
SEXTA	½ Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho com Feijão-manteiga	Leite MG Simples ⁷ + 1 Pão de Cereais com Queijo ^{1,6,7}	Maçã
		Prato	Lasanha de Salmão com grelos e salada de tomate ^{1,3,4,7}		
		Sobremesa	Banana		

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 17 a 21 de abril 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	½ Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	3 Bolachas Maria/Torrada <small>1,3,6,7,8,11,12</small>
		Prato	Caldeirada de Badejo (cebola, alho, pimentos, tomate, batata) c/ salada de pepino ⁴		
		Sobremesa	Pera		
TERÇA	Maçã	Sopa	Sopa Juliana (Repolho, Cebola, Cenoura)	Salada de Fruta + 1 Pão de Cereais com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Rojões com batata, arroz branco, grelos e salada de tomate		
		Sobremesa	Tangerina		
QUARTA	3 Bolachas Maria/Torrada <small>1,3,6,7,8,11,12</small>	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Leite MG Simples ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Macarrão de atum gratinado com ervilhas e salada de repolho e cenoura ^{3,4,7}		
		Sobremesa	Leite-creme ^{1,3,7}		
QUINTA	½ Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	1 logurte liquido de aromas ⁷ + Panquecas de Beterraba e Banana ^{1,3}	3 Bolachas Maria/Torrada <small>1,3,6,7,8,11,12</small>
		Prato	Frango assado no forno com arroz de cenoura e salada de alface e milho		
		Sobremesa	Laranja		
SEXTA	Pera	Sopa	Creme de Abóbora, Couve-flor, Curgete	Leite MG Simples ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,6,7}	Maçã
		Prato	Bacalhau à Gomes de Sá com salada de pepino e tomate ^{3,4}		
		Sobremesa	Melão		

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 24 a 28 de abril 2023

	REFORÇO MANHÃ	ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	3 Bolachas Maria/Torrada 1,3,6,7,8,11,12	Sopa	Sopa de Repolho	Leite MG Simples ⁷ + 1 Pão saloio com Fambre de Peru ^{1,7}	Maçã
		Prato	Arroz de frango com salada de alface e cenoura raspada		
		Sobremesa	Tangerina		
TERÇA	FERIADO				
QUARTA	½ Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Pera
		Prato	Vitela estufada c/ cenoura, feijão-vermelho, massa cotovelos e salada de pepino ^{1,3}		
		Sobremesa	Maçã		
QUINTA	Maçã	Sopa	Creme de Couve-flor, Abóbora e Cenoura	Laranja + 1 Pão de Cereais com Queijo ^{1,7}	3 Bolachas Maria/Torrada 1,3,6,7,8,11,12
		Prato	Cação panado no forno com arroz de brócolos e salada de tomate ^{1,4}		
		Sobremesa	Pera/Tarte gelada de Bolacha ^{1,3,6,7,8,11,12}		
SEXTA	½ Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Espinafres	1 logurte liquido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Banana
		Prato	Jardineira de Peru com salada de alface		
		Sobremesa	Uvas		

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.