

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 02 a 06 de Outubro 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Alface	1 logurte liquido de aromas ⁷ + 1 Pão de Cereais com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Cação frito com arroz de feijão-vermelho e repolho ^{1,4}		
		Sobremesa	Melancia		
TERÇA	Pera	Sopa	Sopa de Brócolos	Salada de Fruta + Tosta Mista ^{1,6,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Macarrão de Peru no forno com espinafres e queijo e salada de couve-roxa ^{1,3,7}		
		Sobremesa	Banana		
QUARTA	½ Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora e Couve-flor	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Pera
		Prato	Raia à espanhola com salada de tomate e pepino ⁴		
		Sobremesa	Melão		

Feriado

SEXTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	Leite MG ⁷ + 1 Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Pescada assada com batata assada e legumes no forno (curgete, beringela e pimento vermelho) ⁴		
		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.

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 09 a 13 de Outubro 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Repolho	Melancia + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Peru estufado com feijão-preto, arroz branco e salada de tomate		
		Sobremesa	Laranja		
TERÇA	Pera	Sopa	Creme de Feijão-verde	Leite MG ⁷ + 1 Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Maçã
		Prato	Empadão de atum com grelos e salada de couve-roxa ^{1,3,4,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Melão		
QUARTA	½ Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Massa à lavrador com salada de pepino ^{1,3,6,7}		
		Sobremesa	Tangerina		
QUINTA	Maçã	Sopa	Creme de Curgete, Couve-flor e Chuchu	Batido de Fruta ⁷ + 1 Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Pera
		Prato	Arroz de peixe com cenoura, ervilhas e salada de alface ⁴		
		Sobremesa	Melancia		
SEXTA	½ Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve lombarda e Feijão-manteiga	Gelatina ^{1,5,6,7,8,9,12} + 1 Pão de Cereais com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Coxas de Frango à Rosa do Adro com arroz de cenoura e salada de tomate ¹		
		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 16 a 20 de Outubro 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pera	Sopa	Sopa de Repolho com Feijão-branco	Batido de Abóbora e Laranja ⁷ + Fruta Laminada + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Pescada cozida com todos (batata, ovo, cenoura, feijão-verde) ^{3,4}		
		Sobremesa	Espetada de Fruta		
TERÇA	½ Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	Leite MG ⁷ + 1 Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Massa à bolonhesa com salada de alface e couve-roxa ^{1,3}		
		Sobremesa	Laranja		
QUARTA	Maçã	Sopa	Sopa de Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Cação panado no forno com arroz de tomate e salada de pepino ^{1,4}		
		Sobremesa	Pera/ Gelatina ^{1,5,6,7,8,9,12}		
QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Espinafres	Melancia + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Jardineira de Frango com salada de alface		
		Sobremesa	Tangerina		
SEXTA	½ Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora, Couve-flor e Cenoura	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Maçã
		Prato	Lasanha de Salmão com espinafres e salada de tomate ^{1,3,4,6,7}		
		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 23 a 27 de Outubro 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Repolho	Salada de Fruta + 1 Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 Iogurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Rojões com batata, arroz branco e grelos salteados		
		Sobremesa	Laranja		
TERÇA	½ Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Beterraba e banana ^{1,3}	Maçã
		Prato	Salada de atum com feijão-frade, ovo, batata e molho-verde ^{3,4,12}		
		Sobremesa	Melancia		
QUARTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Espinafres	Melancia + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 Iogurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Frango estufado com massa, cenoura, grão-de-bico e salada de pepino ^{1,3}		
		Sobremesa	Tangerina		
QUINTA	Maçã	Sopa	Creme de Feijão-verde	Leite MG ⁷ + 1 Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Pera
		Prato	Caldeirada de Raia com salada de alface e couve-roxa ⁴		
		Sobremesa	Melão/Bolo de Cenoura ^{1,3,7}		
SEXTA	½ Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Arroz de Pato com salada de tomate e pepino ^{1,6,7}		
		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, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 30 de Outubro a 03 de Novembro 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Couve- lombarda	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Arroz de Peixe salada de tomate e pepino ⁴		
		Sobremesa	Melão		
TERÇA	½ Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	<i>Creme da Bruxa</i> (Creme de Abóbora e Curgete)	Tangerina monstruosa + Pão de Aranha ^{1,3,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	<i>Mini cérebro com larvas</i> (Almôndegas com massa esparguete e salada de alface e cenoura raspada) ^{1,3}		
		Sobremesa	Uvas/ <i>Queque Fantasma</i> (Queque de chocolate) ^{1,3,7}		

FERIADO

QUINTA	½ Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Banana
		Prato	Feijoada de Frango com arroz branco e salada de tomate		
		Sobremesa	Laranja		
SEXTA	Pera	Sopa	Creme de Chuchu, Couve-flor e Curgete	Batido de Fruta ⁷ + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Pescada à zé do pipo com feijão-verde e cenoura baby ^{1,3,4,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Tangerina		

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.