

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 01 a 05 de Abril 2024

REFORÇO MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE	REFORÇO TARDE
---------------	--------	--------	---------------

ENCERRADO

TERÇA	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	Esparguete à Bolonhesa com salada de alface e couve-roxa ^{1,3}		
		Sobremesa	Tangerina		
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora, Couve-flor e Alho-francês	Leite MG simples ⁷ + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Banana
		Prato	Pescada assada com batata assada e legumes cozidos (Brócolos e Cenoura Baby) ⁴		
		Sobremesa	Maçã/Gelatina ^{1,5,6,7,8,9,12}		
QUINTA	Pera	Sopa	Sopa de Espinafres	1 logurte liquido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Peru estufado com Feijão-preto, arroz branco e salada de tomate		
		Sobremesa	Laranja		
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	Laranja laminada + 1 Pão de Cereais com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Caldeirada de Raia com salada de alface e cenoura raspada ⁴		
		Sobremesa	Pera		

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 08 a 12 de Abril 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Alface	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Tosta Mista ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Frango estufado com cenoura, grão de bico, repolho e massa espiral ^{1,3}		
		Sobremesa	Tangerina		
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve lombarda	Leite MG ⁷ + 1 Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Filetes de Pescada fritos com puré de batata e salada de tomate ^{1,3,4,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Pera		
QUARTA	Maçã	Sopa	Creme de Cenoura	logurte liquido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	Pera
		Prato	Arroz de pato com salada de alface e couve-roxa ^{1,6,7}		
		Sobremesa	Laranja		
QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Brócolos	Gelatina ^{1,5,6,7,8,9,12} + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Salada de Atum com Feijão-frade, Batata, Ovo, Cenoura e Molho Verde ^{3,4,12}		
		Sobremesa	Maçã		
SEXTA	Pera	Sopa	Sopa de Repolho	Batido de Fruta ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Lasanha de Peru com Cogumelos, Grelos e salada de Tomate ^{1,3,7}		
		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 15 a 19 de Abril 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pera	Sopa	Creme de Couve-flor, Alho-francês e Abóbora	Melão + 1 Pão de Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Feijoada de Cação com arroz branco e salada de alface ⁴		
		Sobremesa	Laranja		
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve lombarda	logurte liquido de aromas ⁷ + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Pera
		Prato	Gratinado de Frango com brócolos e salada de tomate ^{1,3,7}		
		Sobremesa	Maçã		
QUARTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Alface	Laranja laminada + 1 Pão de Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Raia à espanhola com salada de couve-roxa ⁴		
		Sobremesa	Banana/Tarte Gelada de Bolacha ^{1,3,4,6,7,8,11,12}		
QUINTA	Maçã	Sopa	Sopa de Brócolos	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	Peru assado no forno com arroz de ervilhas e salada de tomate		
		Sobremesa	Tangerina		
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa Juliana (Cebola, Cenoura, Repolho)	Tangerina + Scones ^{1,3,7}	Banana
		Prato	Pescada cozida com todos (pescada, batata, ovo, feijão-verde) ^{3,4}		
		Sobremesa	Pera		

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.