EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 05 a 09 de Agosto 2024

	REFORÇO MANHÃ	ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada[1,3,6,7,8,11,12]	**Sopa**	Sopa de Repolho	Melão + Pão saloio com Manteiga[1,7]	1 Iogurte liquido de aromas[7]
		Prato	Frango estufado com Feijão-preto, arroz branco e salada de tomate		
		Sobremesa	Maçã		
TERÇA	Pão saloio com Queijo[1,7]	**Sopa**	Creme de Cenoura e Abóbora	1 Iogurte sólido de aromas[7] + Pão saloio com Queijo[1,7]	Bolachas Maria/Torrada[1,3,6,7,8,11,12]
		Prato	Filete de Salmão grelhado com batata cozida e brócolos salteados[4]		
		Sobremesa	Melancia		
QUARTA	Maçã	**Sopa**	Sopa de Espinafres	Batido de Fruta[7] + Pão com Manteiga[1,7]	Banana
		Prato	Massa à Lavrador com salada de couve-roxa[1,6,7]		
		Sobremesa	Laranja		
QUINTA	Pão saloio com Manteiga[1,7]	**Sopa**	Sopa de Feijão-verde	Melancia + Pão com Queijo[1,7]	1 Iogurte liquido de aromas[7]
		Prato	Pescada à Espanhola com salada de Repolho e Cenoura[4]		
		Sobremesa	Pera		
SEXTA	Pera	**Sopa**	Sopa de Brócolos	1 Iogurte sólido de aromas[7] + Pão saloio com Fiambre de Peru[1,6,7]	Maçã
		Prato	Arroz de Pato com salada de Alface e Tomate[1,6,7]		
		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: [1]Cereais que contém glúten, [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de Sésamo, [12]Dioxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoços, [14]Moluscos.

A Nutricionista, Bárbara Faria,
Cédula Profissional N.º 3095N

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 12 a 16 de Agosto 2024

	REFORÇO MANHÃ	ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pera	**Sopa**	Sopa de Brócolos	1 Iogurte liquido de aromas[7] + Scones[1,3,7]	Maçã
		Prato	Pescada cozida com todos (pescada, batata, Ovo e Feijão-verde)[3,4]		
		Sobremesa	Melancia		
TERÇA	Bolachas Maria/Torrada[1,3,6,7,8,11,12]	**Sopa**	Creme de Alface	Melão + Pão saloio com Manteiga[1,7]	1 Iogurte liquido de aromas[7]
		Prato	Frango estufado com massa, grão-de-bico, repolho e cenoura[1,3]		
		Sobremesa	Laranja		
QUARTA	Maçã	**Sopa**	Sopa de Feijão-verde	1 Iogurte sólido de aromas[7] + Pão Saloio com fiambre de Peru[1,6,7]	Banana
		Prato	Petinga Frita com arroz de tomate e salada de alface[1,4]		
		Sobremesa	Pera		
QUINTA	*FERIADO*				
SEXTA	*ENCERRADO*				

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

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

A Nutricionista, Bárbara Faria,
Cédula Profissional N.º 3095N