

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 03 a 07 de julho 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	½ Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	1 logurte liquido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Pera
		Prato	Arroz de Peixe com ervilhas, cenoura e salada de pepino ⁴		
		Sobremesa	Maçã		
TERÇA	Maçã	Sopa	Sopa de Couve lombarda	Melancia + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Empadão de vitela com salada de alface e tomate ^{1,3,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Laranja		
QUARTA	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Abóbora e Curgete	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Massa com Salmão, Brócolos e salada de couve-roxa ^{1,3,4}		
		Sobremesa	Melão/Mousse de chocolate ^{1,3,7}		
QUINTA	Pera	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Batido de Laranja e Cenoura ⁷ + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Rolinhos de Peru recheados com espinafres, arroz de tomate e salada de alface		
		Sobremesa	Melancia		
SEXTA	½ Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Maçã
		Prato	Salada de Bacalhau com grão-de-bico, batata, ovo, cenoura e molho verde ^{3,4,12}		
		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 10 a 14 de julho 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Maçã	Sopa	Creme de Chuchu, Cenoura e Couve-flor	Melão + Panquecas de logurte e Banana ^{1,3,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Massa à lavrador com salada de pepino ^{1,3,6,7}		
		Sobremesa	Pera		
TERÇA	½ Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Cação frito com arroz de brócolos e salada de tomate ^{1,4}		
		Sobremesa	Melancia		
QUARTA	Pera	Sopa	Sopa de Repolho	Leite MG Simples ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Frango estufado com massa esparguete, cenoura e salada de couve roxa ^{1,3}		
		Sobremesa	Laranja		
QUINTA	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Alface	Melancia + 1 Pão de Cereais 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	Uvas/Tarte gelada de Bolacha ^{1,3,6,7,8,11,12}		
SEXTA	½ Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	1 logurte liquido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Maçã
		Prato	Peru estufado com arroz branco, feijão-preto e salada de pepino		
		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.