

EMENTA

fraterna

- Semana 04 a 08 de maio de 2020

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Reforço	Manhã					
	Tarde					
Almoço	Sopa	Sopa de grelos	Sopa de repolho e feijão branco	Creme de abóbora	Sopa de feijão-verde	Sopa glória
	Prato Geral	Perú estufado com feijão preto, arroz branco e salada de tomate	Tentáculos de pota com batata à murro e feijão-verde ¹⁴	Vitela estufada com massa espiral, cenoura e couve roxa ^{1,3}	Arroz de peixe com ervilhas e salada de alface e cebola ⁴	Fêveras grelhadas com batata cozida e brócolos
	Sobremesa	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época/ Mousse de chocolate ^{1,3,7}	Fruta crua da época/
Lanche	Geral					
	Creche					

Nutricionista, Dra. Bárbara Faria,

Cédula Profissional N.º 3095N

Esta ementa pode estar sujeita a 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 rijas, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

EMENTA

fraterna

- *Semana 11 a 15 de maio de 2020*

		<i>Segunda-feira</i>	<i>Terça-feira</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>
<i>Reforço</i>	Manhã					
	Tarde					
<i>Almoço</i>	Sopa	Sopa de couve-flor	Creme de cenoura	Sopa de penca e feijão manteiga	Sopa de espinafres	Sopa de brócolos
	Prato Geral	Empadão de atum com espinafres ^{1,3,4,6,7,8,9,12}	Bife de frango panado com arroz de tomate e salada de alface ^{1,3}	Bacalhau à espanhola e couve roxa ⁴	Massa à bolonhesa e cenoura raspada ^{1,3}	Pescada assada no forno com arroz de ervilhas e salada de tomate ⁴
	Sobremesa	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época/Bolo de xadrez ^{1,3,7}
<i>Lanche</i>	Geral					
	Creche					

Nutricionista, Dra. Bárbara Faria,

Cédula Profissional N.º 3095N

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.

Esta ementa pode estar sujeita a alterações

EMENTA



- *Semana 18 a 22 de maio de 2020*

	<i>Segunda-feira</i>	<i>Terça-feira</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>	
<i>Reforço</i>	Manhã					
	Tarde					
<i>Almoço</i>	Sopa	Sopa juliana	Sopa de grelos	Sopa de feijão-verde	Sopa de repolho e feijão branco	Creme de abóbora
	Prato Geral	Frango à Kiev com arroz de ervilhas e salada de tomate ¹	Salada de atum com feijão-frade, ovo, cenoura, batata, e molho verde ^{3,4,12}	Massa à lavrador ^{1,3}	Arroz de lulas com salada de alface e cebola ¹⁴	Peru assado no forno com batata assada e feijão-verde
	Sobremesa	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época
<i>Lanche</i>	Geral					
	Creche					

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

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.

Esta ementa pode estar sujeita a alterações

EMENTA

• Semana 25 a 29 de maio de 2020

fraterna

		<i>Segunda-feira</i>	<i>Terça-feira</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>
<i>Reforço</i>	Manhã					
	Tarde					
<i>Almoço</i>	Sopa	Sopa de brócolos	Sopa de penca	Creme de cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de couve-flor e feijão manteiga
	Prato Geral	Filetes de pescada fritos com salada russa e couve roxa ^{1,3,4,7}	Lombo de porco assado no forno com arroz branco e cenoura baby	Cação grelhado com batata à murro e brócolos ⁴	Frango estufado c/ cenoura, ervilhas, massa esparguete e salada de tomate ^{1,3}	Bacalhau à zé do pipo com salada de alface e cebola ^{1,3,4,6,7,8,9,12}
	Sobremesa	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época
<i>Lanche</i>	Geral					
	Creche					

Nutricionista, Dra. Bárbara Faria,

Cédula Profissional N.º 3095N

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.

Esta ementa pode estar sujeita a alterações