



2ª feira

Berçário/1 ano

Lanche da Manhã	Sopa	Prato	Lanche da Tarde
Fruta do Dia	Sopa de abóbora e courgete com peru	Bifes de peru de cebolada com massa e salada	Papa de Fruta e Bolacha (1,3,6,7, 11.)

Infância

Fruta do Dia	Sopa de abóbora e courgete	Bifes de peru de cebolada com massa e salada	logurte e Pão com Manteiga (1,7)
--------------	----------------------------	--	----------------------------------

3ª feira

Berçário/1 ano

Lanche da Manhã	Sopa	Prato	Lanche da Tarde
Fruta do Dia	Sopa de alface com Pescada (4)	Salada de pescada com ovo, batata e feijão verde (4)	Papa Láctea (1,7)

Infância

Fruta do Dia	Sopa de agrião	Salada de pescada com ovo, batata e feijão frade (4)	Leite e Pão com Fiambre (1,3,,6,7,9)
--------------	----------------	--	---------------------------------------

4ª feira

Berçário/1 ano

Lanche da Manhã	Sopa	Prato	Lanche da Tarde
Fruta do Dia	Sopa de alho francês com frango	Frango no forno com esparguete	Papa de Bolacha e logurte (1, 3, 6, 7, 12)

Infância

Fruta do Dia	Sopa de espinafre	Almôndegas de vaca com esparguete e Salada	Cereais (1, 7, 8)
--------------	-------------------	--	-------------------

5ª feira

Berçário/1 ano

Lanche da Manhã	Sopa	Prato	Lanche da Tarde
Fruta do Dia	Sopa juliana com pescada (4)	Perca grelhada com arroz de legumes e Salada (4)	Papa Láctea (1,7)

Infância

Fruta do Dia	Sopa juliana	Perca grelhada com arroz de legumes e Salada (4)	Leite e Pão com Queijo (1,7)
--------------	--------------	--	------------------------------

6ª feira

Berçário/1 ano

Lanche da Manhã	Sopa	Prato	Lanche da Tarde
Fruta do Dia	Creme de Cenoura com peru	"Cozido à portuguesa" (frango e peru)	Papa de Fruta e logurte (7)

Infância

Fruta do Dia	Canja	Cozido à portuguesa	logurte e Pão com Manteiga (1,7)
--------------	-------	---------------------	----------------------------------

Legenda:

Lista de Alérgenos (Regulamento (UE) nº1169/2011):

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-Dióxido de enxofre e sulfitos; 13-Tremoço; 14-Moluscos.

Estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas, para quem não é alérgico ou intolerante.

NOTA: Está disponível diariamente uma variedade de pão (1), bem como uma variedade de fruta no lanche da manhã e ao almoço, de acordo com a disponibilidade diária.

- Esta Ementa poderá sofrer alterações

- Elaborada por: Susana Peralta (Responsável de Compras) e Susana Teixeira (Nutricionista CP: 1012N)