

11 a 15 FEV

EMENTA SEMANAL



Segunda - Feira

Lanche (Manhã)

Sopa

Prato

Lanche (Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Sopa Juliana

Bife de Frango Grelhado c/batata branca e doce no forno e salada

Leite e pão com Fiambre*

BERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Sopa Juliana com Frango

Bife de Frango Grelhado c/batata branca e doce no forno

Papa Láctea**

*1;7 | **1;7

Terça - Feira

Lanche (Manhã)

Sopa

Prato

Lanche (Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Creme de Cenoura

Pescada Frita c/ arroz de legumes e salada*

Iogurte e pão com manteiga*

BERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Creme de Cenoura com Pescada**

Pescada estufada com arroz de legumes**

Papa de fruta, bolacha e iogurte**

**4

*4 | **4

*1;7 | **1;7

Quarta - Feira

Lanche (Manhã)

Sopa

Prato

Lanche (Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Sopa de Agrião

Massada de Perú com salada*

Cereais*

BERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Sopa de Alface com Perú

Massada de Perú com salada**

Papa de bolacha e iogurte**

*1,3 | **1,3

*1,7 | **1;7

Quinta - Feira

Lanche (Manhã)

Sopa

Prato

Lanche (Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Sopa de Espinafres

Perca grelhada com arroz e salada*

Leite e pão com queijo*

BERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Creme de Abóbora e Xuxu com Peixe**

Perca grelhada com arroz e salada**

Papa Láctea**

**4

*4 | **4

*7; 1 | **7;1

Sexta - Feira

Lanche (Manhã)

Sopa

Prato

Lanche (Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Sopa de Nabiças

Borrego estufado c/batata cozida e salada

Iogurte e pão com manteiga*

BERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Sopa de Cenoura, Courgete com Borrego

Borrego cozido c/batata cozida e salada

Papa, fruta e iogurte**

*1;7 | **1;7

Lista de Alérgenos: (Regulamento (UE) nº1169/2011): 1-Cereais (que contêm 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. A Água é a única bebida permitida no espaço de refeitório. **Esta Ementa poderá sofrer alterações** | Elaborada por: Susana Peralta (Responsável de Compras) e Susana Teixeira (Nutricionista CP: 1012N)