



EMENTA - SALA BERÇÁRIO

14 a 18 de Outubro

Segunda-feira	
Sopa:	Creme de cenoura e alface com peixe
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Papa de farinha láctea de maçã

Terça-feira	
Sopa:	Sopa de feijão-verde com carne
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	logurte sólido c/ fruta e bolacha

Quarta-feira	
Sopa:	Creme de brócolos com cenoura e chuchu com peixe
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Papa de farinha láctea de pêra

Quinta-feira	
Sopa:	Sopa de abóbora e couve c/ carne
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	logurte sólido c/ fruta e bolacha

Sexta-feira	
Sopa:	Sopa de legumes (couve-flor, courgette, alho francês) c/ peixe
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Papa de farinha láctea

A ementa contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremoço, Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

NOTA: ESTA EMENTA PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES, POR MOTIVOS DE FORÇA MAIOR INERENTES À ORGANIZAÇÃO



EMENTA - SALA 1 e 2 ANOS

14 a 18 de Outubro

Segunda-feira	
Sopa:	Creme de cenoura com coentros
Prato:	Empadão de pescada com cebolada e tomate
Salada:	Rúcula, beterraba e cenoura
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Papa de farinha láctea de maçã (1 Ano) Papa Infantil com leite (2 Anos)

Terça-feira	
Sopa:	Sopa de couve-flor
Prato:	Frango guisado com grão e pimento vermelho com massa espiral
Salada:	Couve roxa e milho
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Papa de farinha láctea de pêra (1 Ano) Leite com pão de mistura com manteiga (2 Anos)

Quarta-feira	
Sopa:	Sopa de ervilhas
Prato:	Massada de peixe (1 Ano) Chili vegetariano com arroz branco (2 Anos)
Salada:	Alface, milho e cenoura
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	logurte sólido c/ fruta e bolacha (1 Ano) logurte sólido de aromas c/ pão de mistura c/ fiambre de Perú (2 Anos)

Quinta-feira	
Sopa:	Sopa de espinafres
Prato:	Arroz de frango com cenoura no forno
Salada:	Alface roxa e pepino
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	logurte sólido c/ fruta e bolacha (1 Ano) logurte sólido de aromas c/ bolo de aveia e banana (2 Anos)

Sexta-feira	
Sopa:	Sopa de lentilhas e cenoura
Prato:	Medalhões de pescada com batatinha e legumes (1 Ano) Bacalhau à Gomes de Sá (2 Anos)
Salada:	Tomate, milho e rúcula
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Papa de farinha láctea (1 Ano) Papa Infantil com leite (2 Anos)

A ementa contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremoço, Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

NOTA: ESTA EMENTA PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES, POR MOTIVOS DE FORÇA MAIOR INERENTES À ORGANIZAÇÃO



EMENTA - PRÉ-ESCOLAR

14 a 18 de Outubro

Segunda-feira	
Sopa:	Creme de cenoura com coentros
Prato:	Empadão de pescada com cebolada e tomate
Salada:	Cenoura, rúcula e beterraba
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Leite com pão de mistura com queijo (4 e 5 Anos) Papa com leite (3 Anos)

Terça-feira	
Sopa:	Sopa de couve-flor
Prato:	Frango guisado com grão e pimento vermelho com massa espiral
Salada:	Couve roxa e milho
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Leite com pão de mistura com manteiga

Quarta-feira	
Sopa:	Sopa de ervilhas
Prato:	Chili vegetariano com arroz branco
Salada:	Salada de alface, milho e cenoura
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Iogurte sólido de aromas com pão de mistura com fiambre de peru

Quinta-feira	
Sopa:	Sopa de espinafres
Prato:	Arroz de frango com cenoura no forno
Salada:	Alface roxa e pepino
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Iogurte sólido de aromas c/ bolo de aveia, banana e canela

Sexta-feira	
Sopa:	Sopa de lentilhas e cenoura
Prato:	Bacalhau à Gomes de Sá
Salada:	Tomate, milho e rúcula
Sobremesa:	Fruta da época
Lanche:	Leite com flocos de cereais

A ementa contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremoço, Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

NOTA: ESTA EMENTA PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES, POR MOTIVOS DE FORÇA MAIOR INERENTES À ORGANIZAÇÃO