

EMENTA SEMANAL

23 A 27 DE MARÇO

CRECHE



GLÚTEN

PESCADO

LEITE

CRUSTÁCEOS

OVOS

FRUTOS DE CASCA RIJA

SEMENTES DE SÊSAMO

MOLUSCOS

AIPO

MOSTARDA

SOJA

SULFITOS

		GLÚTEN	PESCADO	LEITE	CRUSTÁCEOS	OVOS	FRUTOS DE CASCA RIJA	SEMENTES DE SÊSAMO	MOLUSCOS	AIPO	MOSTARDA	SOJA	SULFITOS
2ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		iogurte / Fruta e bolachas										 
	ALMOÇO	SOPA	Sopa de beterraba e couve roxa										
		PRATO	Carne de porco estufada com massa										  
		ACOMPANHAMENTO	Salada										
		PRATO VEG.	Cogumelos salteados com massa										
		SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)										
	LANCHE DA TARDE		Sandes de pão com variedade de guarnição										 
3ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		iogurte / Fruta e bolachas										 
	ALMOÇO	SOPA	Sopa de agrião										
		PRATO	Bacalhau à Gomes de Sá										 
		ACOMPANHAMENTO	Salada										
		PRATO VEG.	Croquetes de espinafres com cuscuz										 
		SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)										
	LANCHE DA TARDE		Sandes de pão com variedade de guarnição										 
4ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		iogurte / Fruta e bolachas										 
	ALMOÇO	SOPA	Sopa Saloia										
		PRATO	Empadão de frango com espinafres										
		ACOMPANHAMENTO	Salada										
		PRATO VEG.	Crepes de legumes com arroz										
		SOBREMESA	Pudim de morango										
	LANCHE DA TARDE		Sandes de pão com variedade de guarnição										 
5ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		iogurte / Fruta e bolachas										 
	ALMOÇO	SOPA	Creme de cenoura e massa										
		PRATO	Pescada cozida com batata e legumes										
		ACOMPANHAMENTO	Salada										
		PRATO VEG.	Caril de legumes com grão e massa										 
		SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)										
	LANCHE DA TARDE		Sandes de pão com variedade de guarnição										 
6ª FEIRA	LANCHE DA MANHÃ		iogurte / Fruta e bolachas										 
	ALMOÇO	SOPA	Sopa de espinafres										
		PRATO	Almôndegas com arroz de cenoura										
		ACOMPANHAMENTO	Salada										
		PRATO VEG.	Almôndegas de beterraba com arroz de cenoura										
		SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)										
	LANCHE DA TARDE		Sandes de pão com variedade de guarnição										 



A refeição pode conter as seguintes substâncias ou os seus derivados: glúten, peixe, leite, crustáceos, ovos, frutos de casca rija, sementes de sésamo, moluscos, aipo, mostarda, soja e sulfitos. Para pessoas sem alergias ou intolerâncias, estes ingredientes são inofensivos. Caso necessite de mais informações sobre os ingredientes, por favor, consulte os funcionários.