

# EMENTA SEMANAL

## 08 A 12 DE JUNHO

**CRECHE**



Forfar  
EDUCATION

GLÚTEN

PESCADO

LEITE

CRUSTÁCEOS

OVOS

FRUTOS DE CASCA RIJA

SEMENTES DE SÉSAMO

MOLUSCOS















AIPO


MOSTARDA

SOJA

SULFITOS



<b>2ª FEIRA</b>	<b>LANCHE DA MANHÃ</b>		logurte / Fruta e bolachas	 
	<b>ALMOÇO</b>	<b>SOPA</b>	Creme de cenoura	
		<b>PRATO</b>	Filetes de pescada com arroz de legumes	  
		<b>ACOMPANHAMENTO</b>	Salada	
		<b>PRATO VEG.</b>	Tempura de legumes com arroz de legumes	 
		<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (3 variedades)	
	<b>LANCHE DA TARDE</b>		Sandes de pão com variedade de guarnição	 
<b>3ª FEIRA</b>	<b>LANCHE DA MANHÃ</b>		logurte / Fruta e bolachas	 
	<b>ALMOÇO</b>	<b>SOPA</b>	Sopa de beterraba e couve roxa	
		<b>PRATO</b>	Frango no forno com massa	
		<b>ACOMPANHAMENTO</b>	Salada	
		<b>PRATO VEG.</b>	Croquetes de legumes com massa	 
		<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (3 variedades)	
	<b>LANCHE DA TARDE</b>		Sandes de pão com variedade de guarnição	 
<b>4ª FEIRA</b>	<b>FERIADO</b>			
<b>5ª FEIRA</b>	<b>LANCHE DA MANHÃ</b>		logurte / Fruta e bolachas	 
	<b>ALMOÇO</b>	<b>SOPA</b>	Sopa de nabiça	
		<b>PRATO</b>	Empadão de carne de vaca	
		<b>ACOMPANHAMENTO</b>	Salada	
		<b>PRATO VEG.</b>	Almôndegas de feijão e quinoa	
		<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (3 variedades)	
	<b>LANCHE DA TARDE</b>		Sandes de pão com variedade de guarnição	 
<b>6ª FEIRA</b>	<b>LANCHE DA MANHÃ</b>		logurte / Fruta e bolachas	 
	<b>ALMOÇO</b>	<b>SOPA</b>	Creme de cenoura	
		<b>PRATO</b>	Feijão frade com batata, atum e ovo	 
		<b>ACOMPANHAMENTO</b>	Salada	
		<b>PRATO VEG.</b>	Hambúrguer de legumes com massa	
		<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (3 variedades)	
	<b>LANCHE DA TARDE</b>		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.