



EMENTA PREVISTA

06 a 12 de Maio de 2024

Normal e Dieta

	PEQ. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
Seg, 06	1 Cháv. de leite 1 Pão com queijo creme Sopas de Pão	<i>Sopa</i> Abóbora com feijão branco <i>Prato</i> Almondegas estufadas com Massa e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da Época	1 Iogurte Fruta	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Red-Fish Cozido com Batata e Legumes <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Ter, 07	1 Cháv. de leite 1 Pão torrado com manteiga Nestum	<i>Sopa</i> Couve Coração <i>Prato</i> Tentáculos com Batata a Murro e Migas <i>Sobremesa</i> Fruta da Época	1 Chávena de Leite com Cevada 1 Pão com fiambre	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Pá Estufada com Macarronete e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Qua, 08	Papas de Aveia	<i>Sopa</i> Creme de cenoura <i>Prato</i> Bife de Frango Grelhado com Arroz de Tomate e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da Época	1 Chávena de leite 6 Bolachas Maria	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Filetes de Pescada Panados com Todos <i>Sobremesa</i> Banana
Qui, 09	1 cháv. de leite 1 pão torrado com manteiga Sopas de pão	<i>Sopa</i> Grão-de-bico <i>Prato</i> Carapau Grelhado com Batata, Molho Verde e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da Época	1 Chávena de leite com chocolate 1 Pão com chourição	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Coxas de Frango no forno com Arroz de Legumes <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Sex, 10	1 cháv. de leite 1 pão com fiambre Leite com Bolacha Maria	<i>Sopa</i> Juliana <i>Prato</i> Jardineira de cotovelinhos <i>Sobremesa</i> Fruta da Época	1 Iogurte Bolachas Maria	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Asas de Raia com Molho Verde, Batata e Legumes <i>Sobremesa</i> Salteados Fruta da época
Sab, 11	1 cháv. de leite Cereais	<i>Sopa</i> Couve-flor <i>Prato</i> Strogonoff com Massa e Salada <i>Sobremesa</i> Melão	1 Chávena de leite 1 pão com manteiga	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Arroz de Marisco <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Dom, 12	1 cháv. de leite 1 pão com doce Leite com Bolacha Maria	<i>Sopa</i> Ervilha <i>Prato</i> Frango de Churrasco com Arroz de Cenoura e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Sobremesa	1 Iogurte 1 Pão com queijo creme	<i>Sopa</i> Feijão Verde <i>Prato</i> Solha Alhada no Forno com batata Assada e Legumes <i>Sobremesa</i> Fruta da época

A ementa pode ser alterada sem aviso prévio.

De acordo com o Reg (EU) nº1169/2011 existem 14 alérgenos que podem estar presentes nos alimentos que consumimos. Se tem alergia alimentar a algum destes 14 elementos, por favor contacte a nutricionista.

