

25 FEV

a 1 MAR

EMENTA SEMANAL

Segunda - Feira

Lanche
(Manhã)

Sopa

Prato

Lanche
(Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Sopa de Abóbora e
CourgeteBifes de Peru de Cebolada c/Massa e
Salada de Alface e Milho*Leite e pão com
ManteigaBERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Sopa de Abóbora e
Courgete com PeruBifes de Peru Estufados c/Massa e
Salada de Alface e Milho**

Papa Láctea**

*1;3 | **1;3

*1;7 | **1;7

Terça - Feira

Lanche
(Manhã)

Sopa

Prato

Lanche
(Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Sopa de Agrião

Salada de Pescada com Batata, Ovo,
Atum e Feijão*Iogurte e pão
com FiambreBERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Sopa de Alface com Peixe
(Pescada)**Salada de Pescada com Batata
Cozida e Feijão Verde**Papa de Fruta e
Bolacha

**4

*3;4 | **4

*1;7 | **1;3;7

Quarta - Feira

Lanche
(Manhã)

Sopa

Prato

Lanche
(Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Canja com Massa *

Cozido à Portuguesa

Cereais*

BERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Creme de Cenoura com Peru

Cozido à Portuguesa (Frango e
Peru)Papa de Bolacha
e Iogurte**

*1;3

*1;7 | **1;3;7

Quinta - Feira

Lanche
(Manhã)

Sopa

Prato

Lanche
(Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Sopa Juliana

Perca Grelhada com Arroz de
Legumes e Salada*Leite e pão
com queijo*BERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Sopa Juliana com Pescada**

Perca Grelhada com Arroz de
Legumes e Salada**Papa
Láctea**

**4

*4 | **4

*1;7 | **1;7

Sexta - Feira

Lanche
(Manhã)

Sopa

Prato

Lanche
(Tarde)

INFÂNCIA

Fruta do Dia

Sopa de Espinafre

Almôndegas de Vaca com Esparguete
e Salada*Iogurte e pão
com Manteiga*BERÇÁRIO/
1 ANO

Fruta do Dia

Sopa de Alho Francês com
Peru

Peru no Forno com Esparguete **

Papa de fruta
e Iogurte**

*1;3 | **1;3

*1;7 | **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)