



Ementa Semanal

27 a 31 julho



Sala 2 / Pré-escolar / ATL

Pequeno-Almoço
Suplemento manhã
Sopa
Almoço
Sobremesa
Lanche
Suplemento tarde

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Leite simples e pão de mistura com manteiga	Leite simples e pão integral com manteiga	Leite simples e pão de trigo com manteiga	Leite simples e pão de centeio com manteiga	Leite simples e pão de trigo com manteiga
Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Sopa de couve coração e feijão vermelho	Sopa de couve-flôr	Sopa de alho francês	Sopa de ervilhas e cenoura raspada	Sopa de couve coração
Strogonoff de frango e cogumelos com arroz branco e salada mista	Dourada no forno com batata cozida e salada (alface)	Lombo assado no forno com arroz e salada (cenoura)	Lascas de salmão com fusilli e legumes salteados	Piquenique final de ano
Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Gelado / Fruta da época
Leite simples e pão de mistura com compota	Iogurte sólido e pão integral com manteiga	Leite com cevada e pão de trigo com fiambre de aves	Leite com cornflakes	Iogurte líquido e pão de centeio com queijo
Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

Creche - Sala 1

Pequeno-Almoço
Suplemento manhã
Sopa
Almoço
Sobremesa
Lanche
Suplemento tarde

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Puré de fruta ou Leite simples e pão mistura com manteiga	Puré de fruta ou Leite simples e pão integral com manteiga	Puré de fruta ou Leite simples e pão de trigo com manteiga	Puré de fruta ou Leite simples e pão de centeio com manteiga	Puré de fruta ou Leite simples e pão de trigo com manteiga
Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Puré de abóbora e alface	Puré de couve-flôr	Puré de alface	Puré de brócolos	Puré de alho francês
Strogonoff de frango com arroz branco e salada mista	Dourada no forno com batata cozida e salada (alface)	Lombo assado no forno com arroz e salada (cenoura)	Lascas de salmão com fusilli e legumes salteados	Bife de peru grelhado com arroz de cenoura e salada (tomate)
Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Papa láctea (nutribén 8 cereais 4 frutas) ou Leite simples e pão de mistura com compota	Puré de fruta com aveia ou Iogurte sólido e pão integral com manteiga	Puré de fruta com iogurte natural ou Leite simples e pão de trigo com fiambre de aves	Puré de fruta com aveia ou leite com cornflakes	Papa láctea (nutribén banana laranja) ou iogurte líquido e pão de centeio com queijo
Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

Alergénicos: Informe-se junto da nossa equipa pedagógica.

Observações: Esta ementa poderá estar sujeita a alterações por situações imprevistas.