



Ementa Semanal

10 a 14 agosto



Sala 2 / Pré-escolar / ATL

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Pequeno-Almoço	Leite simples e pão integral com manteiga	Leite simples e pão de centeio com manteiga	Leite simples e pão de trigo com manteiga	Leite simples e pão de mistura com manteiga	Leite simples e pão de trigo com manteiga
Suplemento manhã	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Sopa	Sopa de brócolos	Sopa de coração	Creme de cenoura e alho francês	Sopa de feijão verde	Juliana de legumes
Almoço	Massa à portuguesa (frango, feijão e legumes)	Salmão grelhado com batata cozida e salada (beterraba)	Massa de frango com cenoura	Lombos de pescada estufados com legumes e arroz branco	Rojões com batata louira, arroz e salada (tomate)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Lanche	Leite com cevada e pão integral com queijo	Leite simples e pão de centeio com compota	Leite simples e pão de trigo com fiambre de aves	Leite simples e pão de mistura com manteiga	Leite com cornflakes
Suplemento tarde	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

Creche - Sala 1

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Pequeno-Almoço	Puré de fruta ou Leite simples e pão integral 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	Puré de fruta ou Leite simples e pão de mistura com manteiga	Puré de fruta ou Leite simples e pão de trigo com manteiga
Suplemento manhã	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Sopa	Puré de abóbora e alface	Puré de couve-flôr	Puré de alface	Puré de brócolos	Puré de alho francês
Almoço	Massa à portuguesa (frango, feijão e legumes)	Salmão grelhado com batata cozida e salada (beterraba)	Massa de frango com cenoura	Lombos de pescada estufados com legumes e arroz branco	Rojões com arroz e salada (tomate)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Lanche	Papa láctea (nutribén 8 cereais 4 frutas) ou leite simples e pão integral com queijo	Puré de fruta com aveia ou leite simples e pão de centeio com compota	Puré de fruta com iogurte natural ou leite simples e pão de trigo com fiambre de aves	Puré de fruta com aveia ou leite simples e pão de mistura com manteiga	Papa láctea (nutribén banana laranja) ou leite com cornflakes
Suplemento tarde	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

Alérgénicos: Informe-se junto da nossa equipa pedagógica.

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