



Ementa Semanal

21 a 25 setembro



Sala 2 / Pré-escolar / ATL

Pequeno-Almoço

Suplemento manhã

Sopa

Almoço

Sobremesa

Lanche

Suplemento tarde

2ª Feira

Leite simples e pão integral com manteiga
Fruta da época
Sopa de brócolos
Jardineira de vitela com arroz branco
Fruta da época
Leite com cevada e pão integral com queijo
Fruta da época

3ª Feira

Leite simples e pão de centeio com manteiga
Fruta da época
Sopa de coração
Salmão grelhado com batata cozida e salada (beterraba)
Fruta da época
Iogurte sólido e pão de centeio com compota
Fruta da época

4ª Feira

Leite simples e pão de trigo com manteiga
Fruta da época
Creme de cenoura e alho francês
Massa de frango com cenoura
Fruta da época
Leite simples e pão de trigo com fiambre de aves
Fruta da época

5ª Feira

Leite simples e pão de mistura com manteiga
Fruta da época
Sopa de feijão verde
Empadão de atum com salada (alface)
Fruta da época
Iogurte líquido e pão de mistura com manteiga
Fruta da época

6ª Feira

Leite simples e pão de trigo com manteiga
Fruta da época
Juliana de legumes
Rojões com batata loura, arroz e salada (tomate)
Fruta da época
Leite com cornflakes
Fruta da época

2ª Feira

Puré de fruta ou Leite simples e pão integral com manteiga
Fruta da época
Puré de abóbora e alface
Jardineira de vitela com arroz branco
Fruta da época
Papa láctea (nutribén 8 cereais 4 frutas) ou Leite simples e pão integral com queijo
Fruta da época

3ª Feira

Puré de fruta ou Leite simples e pão de centeio com manteiga
Fruta da época
Puré de couve-flôr
Salmão grelhado com batata cozida e salada (beterraba)
Fruta da época
Puré de fruta com aveia ou Iogurte sólido e pão de centeio com compota
Fruta da época

4ª Feira

Puré de fruta ou Leite simples e pão de trigo com manteiga
Fruta da época
Puré de alface
Massa de frango com cenoura
Fruta da época
Puré de fruta com iogurte natural ou Leite simples e pão de trigo com fiambre de aves
Fruta da época

5ª Feira

Puré de fruta ou Leite simples e pão de mistura com manteiga
Fruta da época
Puré de brócolos
Empadão de atum com salada (alface)
Fruta da época
Puré de fruta com aveia ou Iogurte líquido e pão de mistura com manteiga
Fruta da época

6ª Feira

Puré de fruta ou Leite simples e pão de trigo com manteiga
Fruta da época
Puré de alho francês
Rojões com arroz e salada (tomate)
Fruta da época
Papa láctea (nutribén banana laranja) ou leite com cornflakes
Fruta da época

Creche - Sala 1

Pequeno-Almoço

Suplemento manhã

Sopa

Almoço

Sobremesa

Lanche

Suplemento tarde

Alérgénicos: Informe-se junto da nossa equipa pedagógica.

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