



Ementa Semanal

12 a 16 Outubro



Sala 2 / Pré-escolar / ATL

Pequeno-Almoço
Suplemento manhã
Sopa
Almoço
Sobremesa
Lanche
Suplemento tarde

2ª Feira

Leite simples e pão de centeio com manteiga
Fruta da época
Creme de brócolos
Bolinhas de bacalhau com arroz de feijão e salada (alface)
Fruta da época
Leite com cevada e pão de centeio com fiambre de aves
Fruta da época

3ª Feira

Leite simples e pão de mistura com manteiga
Fruta da época
Creme de ervilhas
Esparguete à bolonhesa (vitela) com salada (tomate)
Fruta da época
Iogurte sólido e pão de mistura com compota
Fruta da época

4ª Feira

Leite simples e pão de trigo com manteiga
Fruta da época
Sopa de abóbora e espinafres
Empadão de peixe com salada (beterraba)
Gelatina
Leite simples e pão de trigo com queijo
Fruta da época

5ª Feira

Leite simples e pão integral com manteiga
Fruta da época
Creme de cenoura
Rancho
Fruta da época
Iogurte líquido e pão integral com manteiga
Fruta da época

6ª Feira

Leite simples e pão de trigo com manteiga
Fruta da época
Creme de legumes
Salada russa com atum
Fruta da época
Leite com cornflakes
Fruta da época

2ª Feira

Puré de fruta ou Leite simples e pão de centeio com manteiga
Fruta da época
Puré de abóbora e alface
Barrinhas de pescada no forno com arroz de feijão e salada (alface)
Fruta da época
Papa láctea (nutribén 8 cereais 4 frutas) ou Leite simples e pão de centeio com fiambre de aves
Fruta da época

3ª Feira

Puré de fruta ou Leite simples e pão de mistura com manteiga
Fruta da época
Puré de couve-flôr
Esparguete à bolonhesa (vitela) com salada (tomate)
Fruta da época
Puré de fruta com aveia ou Iogurte sólido e pão de mistura 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
Empadão de peixe com salada (beterraba)
Fruta da época
Puré de fruta com iogurte natural ou Leite simples e pão de trigo com queijo
Fruta da época

5ª Feira

Puré de fruta ou Leite simples e pão de trigo com manteiga
Fruta da época
Puré de brócolos
Rancho
Fruta da época
Puré de fruta com aveia ou Iogurte líquido e pão integral 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
Salada russa com atum
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

Alergénicos: Informe-se junto da nossa equipa pedagógica.

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