Ementa Semanal

16 a 20 novembro



Sala 2 / Pré-escolar / ATL

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Pequeno-Almoço	Leite simples e pão de centeio com manteiga	Leite simples e pão de mistura com manteiga	Leite simples e pão de trigo com manteiga	Leite simples e pão integral 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	Creme de cenoura	Creme de abóbora e feijão verde	Sopa de espinafres	Sopa de nabos e feijão manteiga	Sopa de coração e cenoura raspada
Almoço	Lombos de pescada estufados com legumes e arroz branco	Salada de peito de frango com ovo e massa fusilli (tomate)	Raia com arroz de tomate e salada (alface)	Bife de perú grelhado com arroz primavera e salada (beterraba)	Abrótea no forno com batata e salada (cenoura)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	Fruta da época	Fruta da época
Lanche	Leite com cevada e pão de centeio com fiambre de aves	Iogurte sólido e pão de mistura com compota	Leite simples e pão de trigo com queijo	Iogurte líquido e pão integral 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 de centeio 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	Puré de fruta ou Leite simples e pão de trigo 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	Lombos de pescada estufados com legumes e arroz branco	Salada de peito de frango com ovo e massa fusilli (tomate)	Raia estufada com arroz e salada (alface)	Bife de perú grelhado com arroz primavera e salada (beterraba)	Abrótea no forno com batata e salada (cenoura)
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 de centeio com fiambre de aves	Puré de fruta com aveia ou Iogurte sólido e pão de mistura com compota	Puré de fruta com iogurte natural ou Leite simples e pão de trigo com queijo	Puré de fruta com aveia ou Iogurte líquido e pão integral 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

Alergénicos: Informe-se junto da nossa equipa pedagógica.
Observações: Esta ementa poderá estar sujeita a alterações por situações imprevistas.