

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>CRECHE</b>	<b>SOPA</b>	Primavera	Agrião	Feijão-encarnado com repolho	Creme de legumes com coentros	Nabiças
	<b>GERAL</b>	Cubos de Peru estufados simples com arroz branco e Salada	Salada de legumes com pescada e ovo	Perna de Frango Assada ao Natural com Batata Cozida e Grelos	Pescada cozida com batata e legumes	Bife de Frango Grelhado com Arroz de Legumes
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

Para qualquer esclarecimento ou dúvida acerca da ementa ou alergénios contactar a equipa de nutrição

ELABORADO PELA NUTRICIONISTA \_\_\_\_ (Nº CÉDULA ORDEM NUTRICIONISTAS: 3562N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>CRECHE</b>	<b>SOPA</b>	Espinafres	Creme de Brócolos	Lombardo	Feijão branco com nabiças	Agrião
	<b>GERAL</b>	Perca Grelhada com batata cozida e feijão-verde	Hamburguer de vitela grelhado com arroz de cenoura e salada	Bacalhau cozido com batata e legumes	Bife de peru grelhado com massa primavera (cenoura, ervilhas e milho)	Filetes de pescada no forno com arroz de legumes e salada
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

Para qualquer esclarecimento ou dúvida acerca da ementa ou alergénios contactar a equipa de nutrição

ELABORADO PELA NUTRICIONISTA \_\_\_ (Nº CÉDULA ORDEM NUTRICIONISTAS: 3562N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>CRECHE</b>	<b>SOPA</b>	Feijão-verde	Agrião	Feijão-encarnado com repolho	Creme de legumes com coentros	Nabiças
	<b>GERAL</b>	Hamburguer de aves grelhado com arroz e Salada	Pescada cozida com batata, cenoura e couve-flor	Bife de Peru Grelhado com Arroz de Cenoura e Salada	Massinha simples de Paloco com Coentros	Frango assado ao natural com arroz e Salada
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

Para qualquer esclarecimento ou dúvida acerca da ementa ou alergénios contactar a equipa de nutrição

ELABORADO PELA NUTRICIONISTA \_\_\_ (Nº CÉDULA ORDEM NUTRICIONISTAS: 3562N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Jardim de Infância</b>	<b>SOPA</b>	Feijão-verde	Agrião	Feijão-encarnado com repolho	Creme de legumes com coentros	Nabiças
	<b>GERAL</b>	Hamburguer de aves grelhado com arroz e Salada	Empadão de atum com cenoura ripada	Pá de Porco Estufada com Laranja, Arroz de Cenoura e Salada Mista	Massinha simples de Paloco com Coentros	Frango assado com batata frita e salada
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

Para qualquer esclarecimento ou dúvida acerca da ementa ou alergénios contactar a equipa de nutrição

ELABORADO PELA NUTRICIONISTA \_\_\_ (Nº CÉDULA ORDEM NUTRICIONISTAS: 3562N)