

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Creche</b>	<b>SOPA</b>	Repolho	Creme de ervilhas com coentros	Nabiças	Alho-francês	Ministrone
	<b>GERAL</b>	Perca grelhada com batata, cenoura e feijão-verde cozidos (4)	Carne de vaca estufada com arroz e salada de alface e cenoura (12)	Pescada cozida, com ovo, batata e feijão-verde (3,4)	Rancho de peru (massa, grão, cenoura e lombardo) (1,3)	Red-fish no forno com arroz de tomate e salada mista (4)
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina

A ementa poderá sofrer alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alérgenos de forma direta ou cruzada. A instituição dispõe de nutricionista para seguimento de casos específicos.

**Alérgenos:** 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremoço; 14 Moluscos.

ELABORADO PELAS NUTRICIONISTAS Veronika Blazhchuk (3216N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Creche	SOPA	Creme de legumes com couve-flor	Feijão encarnado com repolho	Agrião	Juliana de legumes	Lavrador
	GERAL	Pescada cozida com batata e grelos cozidos (4)	Bife de frango grelhado com arroz branco e salada mista	Solha no forno com puré de batata e cenoura (4,12)	Hamburguer grelhado com esparguete e salada de alface e cenoura (1,3)	Red-fish estufado com batata e brócolos cozidos (4)
	SOBREMESA	Fruta da Época	Salada de Fruta	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

A ementa poderá sofrer alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada. A instituição dispõe de nutricionista para seguimento de casos específicos.

**Alergénios:** 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremço; 14 Moluscos.


ELABORADO PELAS NUTRICIONISTAS Veronika Blazhchuk (3216N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Creche	SOPA	Nabiças	Brócolos	Canja (1,3)	Feijão branco com espinafres	
	GERAL	Filetes de pescada no forno ao natural com batata e legumes cozidos (4)	Perna de frango no forno com arroz de cenoura e salada mista	Carapaus assados com batata cozida e salada (4)	Bife de peru grelhado com molho de limão, esparguete e salada (1,3)	<i>Feliz Páscoa</i>
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Salada de Fruta	Fruta da Época	

A ementa poderá sofrer alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada. A instituição dispõe de nutricionista para seguimento de casos específicos.

**Alergénios:** 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremçoço; 14 Moluscos.

ELABORADO PELAS NUTRICIONISTAS Veronika Blazhchuk (3216N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Creche</b>	<b>SOPA</b>	Grão com lombardo	Creme de brócolos	Primavera	Cenoura com couve-coração	
	<b>GERAL</b>	Massada de abrótea com pimentos e salada mista (1,3,4)	Empadão de carne com salada mista (1,3,6,7,12,14)	Salmão grelhado com arroz branco e salada de alface e cenoura (4)	Perna de frango no forno com massa tricolor e salada de alface e cenoura (1,3)	
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Salada de Fruta	Fruta da Época	

A ementa poderá sofrer alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada. A instituição dispõe de nutricionista para seguimento de casos específicos.

**Alergénios:** 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremoço; 14 Moluscos.

ELABORADO PELAS NUTRICIONISTAS Veronika Blazhchuk (3216N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Creche</b>	<b>SOPA</b>	Lavrador	Creme de brócolos com coentros	Agrião		Couve-flor
	<b>GERAL</b>	Perna de peru no forno com molho de mel e alho, massa tricolor e brócolos cozidos (1,3,12)	Meia desfeita de paloco com grão, ovo cozido e cenoura ripada (3,4)	Frango no forno com arroz branco e salada (7)	<b>1º DE MAIO</b> <b>DIA DO TRABALHADOR</b>	Bifes de peru estufados com arroz de feijão e salada mista (12)
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina		Fruta da Época

A ementa poderá sofrer alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada. A instituição dispõe de nutricionista para seguimento de casos específicos.

**Alergénios:** 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremoço; 14 Moluscos.

ELABORADO PELAS NUTRICIONISTAS Veronika Blazhchuk (3216N)