

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Jardim de Infância	SOPA	Juliana	Creme de cenoura com massinhas (1,3)	Sopa de peixe (1,3,4)	Feijão-verde	Creme de brócolos
	GERAL	Bife de frango grelhado com arroz e salada mista	Salada de pescada com legumes e ovo (3,4)	Frango estufado à primavera com esparguete (1,3,6)	Maruca no forno com batata e brócolos cozidos (4)	Carne de porco em vinha d'alhos com arroz branco e salada (12)
	SOBREMESA	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: 3216N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Jardim de Infância	SOPA	Nabiças	Sopa de feijão com lombardo	Canja (1,3)	Alho-francês	Feijão branco com espinafres
	GERAL	Salada de massa com atum, ovo e legumes cozidos (1,3,4)	Pá de porco no forno com arroz de cenoura e salada mista (12)	Perca grelhada com batata cozida e brócolos (4)	Bife de peru grelhado com molho de limão, esparguete e salada (1,3)	Pescada estufada simples com arroz branco e couve-flor (4)
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Salada de Fruta	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: 3216N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Jardim de Infância	SOPA	Lavrador (1,3)	Creme de brócolos com coentros	Agrião	Caldo verde	Couve-flor
	GERAL	Perna de peru assada com arroz de ervilhas e salada mista (12)	Bacalhau no forno de cebolada com batata frita às rodelas e salada mista (1,4)	Bife de frango grelhado com massa espiral e salada (1,3)	Pescada cozida, com ovo, batata e feijão-verde (3,4)	Perna de frango estufada com arroz de legumes
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina	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: 3216N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Jardim de Infância	SOPA	Ministrone (1,3)	Nabiças	Cenoura	Caldo verde	Cenoura com coentros
	GERAL	Peixe-espada grelhado com batata cozida e brócolos (4)	Bide fe frango grelhado com massa e salada de alface e cenoura (1,3)	Bacalhau com natas com salada mista (1,4,7)	Rolo de carne no forno com arroz e salada de alface e cenoura (1,3,6,12)	Carapaus assados com batata cozida e salada (4)
	SOBREMESA	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: 3216N)