

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>CRECHE</b>	<b>SOPA</b>	Primavera	Grão com Espinafres	Couve-Portuguesa	Feijão-Verde	Creme de legumes
	<b>GERAL</b>	Bife de frango grelhado com arroz e salada de alface e cenoura	Pescada cozida com batata e legumes cozidos (4)	Perna de peru no forno simples com massa tricolor e brócolos cozidos (1,3)	Carapau grelhado com batata e feijão-verde cozido (4)	Hambúrguer no forno com arroz primavera e salada (1,3,6,7,12)
	<b>SOBREMESA</b>	Doce (1,7)	Fruta da Época	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 Tremoço; 14 Moluscos.

ELABORADO PELA(S) NUTRICIONISTA(S) \_\_\_\_ (Nº CÉDULA ORDEM NUTRICIONISTAS: 3216N /4763N/4560NE)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>CRECHE</b>	<b>SOPA</b>	Creme de cenoura	Feijão e Repolho	Caldo-verde	Macedónia	Feijão-verde
	<b>GERAL</b>	Solha no forno com batata e legumes (4)	Bife de frango grelhado com massa tricolor e salada (1,3)	Filete de pescada no forno com arroz de cenoura e salada mista (4)	Peru estufado com batata e feijão-verde	Red-fish no forno com arroz de coentros e salada mista (4)
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	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 Tremçoço; 14 Moluscos.

ELABORADO PELA(S) NUTRICIONISTA(S) \_\_\_ (Nº CÉDULA ORDEM NUTRICIONISTAS: 3216N /4763N/4560NE)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>CRECHE</b>	<b>SOPA</b>	Nabiças	Primavera	Abóbora	Caldo-verde	Cenoura com coentros
	<b>GERAL</b>	Massinha de frango com legumes (1,3)	Maruca com batata e brócolos cozidos (4)	Cubos de vaca estufados simples com arroz e salada mista	Filetes no forno com batata e legumes cozidos (4)	Bife de peru grelhado com arroz de feijão e salada de alface e cenoura
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	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 Tremoço; 14 Moluscos.

ELABORADO PELA(S) NUTRICIONISTA(S) \_\_\_\_ (Nº CÉDULA ORDEM NUTRICIONISTAS: 3216N /4763N/4560NE)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>CRECHE</b>	<b>SOPA</b>	Espinafres	Creme de cenoura	Lombardo	Agrião	Ervilhas
	<b>GERAL</b>	Frango assado com arroz de cenoura e salada	Bacalhau com todos (3,4)	<b>FELIZ NATAL</b>	Perca no forno com arroz primavera e salada (4)	Bife de frango estufado com massa espiral e salada (1,3)
	<b>SOBREMESA</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	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 Tremeço; 14 Moluscos.

ELABORADO PELA(S) NUTRICIONISTA(S) \_\_\_\_ (Nº CÉDULA ORDEM NUTRICIONISTAS: 3216N /4763N/4560NE)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
CRECHE	SOPA	Brócolos	Creme de cenoura	Lombardo	Agrião	Ervilhas
	GERAL	Corvina grelhada com batata e couve cozidas (4)	Picadinho de vaca estufado simples com esparguete e salada (1,3)	<b>FERIADO</b>	Filetes de pescada no forno com arroz de cenoura e salada (1 a 14)	Frango de tomatada com esparguete e salada (1,3)
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	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 Tremçoço; 14 Moluscos.

ELABORADO PELA(S) NUTRICIONISTA(S) \_\_\_\_ (Nº CÉDULA ORDEM NUTRICIONISTAS: 3216N /4763N/4560NE)