

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 05 a 09 de junho 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Repolho	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Massa à bolonhesa com salada de alface e cenoura raspada ^{1,3}		
		Sobremesa	Melão		
TERÇA	Maçã	Sopa	Sopa de Brócolos	Melancia + 1 Pão de Cereais com Queijo ^{1,7}	1 logurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Salada de atum com feijão-frade, batata, ovo, cenoura e molho-verde ^{3,4,12}		
		Sobremesa	Gelatina ^{1,5,6,7,8,9,12}		
QUARTA	½ Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Leite MG Simples ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Maçã
		Prato	Arroz de Pato com salada de pepino e tomate ^{1,6,7}		
		Sobremesa	Laranja		
QUINTA	<i>Feriado</i>				
SEXTA	Pera	Sopa	Creme de Abóbora e Alface	1 logurte líquido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Vitela estufada com cenoura, ervilhas, arroz branco e salada de couve-roxa		
		Sobremesa	Melancia		

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 12 a 16 de junho 2023

	REFORÇO MANHÃ	ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	½ Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	1 logurte liquido de aromas ⁷ + Panquecas de Beterraba e Banana ^{1,3}	Pera
		Prato	Petinga frita com arroz de feijão-vermelho e penca ^{1,4}		
		Sobremesa	Melancia		
TERÇA	Maçã	Sopa	Sopa de Brócolos	Leite MG Simples ⁷ + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Jardineira de peru com salada de pepino		
		Sobremesa	Melão		
QUARTA	½ Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Filetes de Pescada à Rosa do Adro com arroz de tomate e salada de alface ^{1,3,4}		
		Sobremesa	Banana		
QUINTA	Pera	Sopa	Creme de Curgete, Couve-flor e Alho-francês	Melancia + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Massa à lavrador com salada de couve-roxa ^{1,3,6,7}		
		Sobremesa	Laranja		
SEXTA	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Bacalhau à Gomes de Sá com salada de tomate ^{3,4}		
		Sobremesa	Uvas/Tarte gelada de bolacha ^{1,3,6,7,8,11,12}		

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 19 a 23 de junho 2023

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	½ Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Pera
		Prato	Arroz de frango com salada de alface e tomate		
		Sobremesa	Uvas		
TERÇA	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Abóbora, Cenoura e Curgete	Melão + 1 Pão de Cereais com Manteiga ^{1,7}	1 logurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Caldeirada de Raia com salada de pepino ⁴		
		Sobremesa	Melancia		
QUARTA	Maçã	Sopa	Sopa de Repolho	Batido de Fruta ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Peru estufado com arroz branco, feijão-preto e salada de pepino		
		Sobremesa	Laranja		
QUINTA	3 Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Feijão-verde	Melancia + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Empadão de atum com grelos e salada de couve-roxa ^{1,3,4,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Pera		
SEXTA	½ Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Espinafres	1 logurte líquido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Maçã
		Prato	Coxas de Frango à Kiev com arroz de ervilhas e salada de tomate ¹		
		Sobremesa	Banana		

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.