

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 05 a 09 de Fevereiro 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho	Leite MG ⁷ + 1 Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Vitela estufada com ervilhas, cenoura, puré de batata e salada de couve-roxa ^{1,3,4,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Tangerina		
TERÇA	Maçã	Sopa	Creme de Couve-flor e Cenoura	Batido de Banana e Kiwi ⁷ + Tosta Mista ^{1,6,7}	1 Iogurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Raia panada no forno com arroz de tomate e salada de Alface ^{1,4}		
		Sobremesa	Pera		
QUARTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Marmelada ^{1,6,7}	Pera
		Prato	Lasanha de Peru com Cogumelos, Espinafres e salada de Tomate ^{1,3,7}		
		Sobremesa	Laranja		
QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Abóbora e Alface	Laranja + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 Iogurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Petinga Frita com arroz de feijão-vermelho e repolho ^{1,4}		
		Sobremesa	Banana		
SEXTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	Leite MG ⁷ + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Maçã
		Prato	Coxas de Frango estufadas com massa esparguete, cenoura e salada de tomate ^{1,3}		
		Sobremesa	Kiwi		

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, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 12 a 16 de Fevereiro 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	1 logurte liquido de aromas ⁷ + 1 Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Massa com atum e brócolos no forno e salada de tomate ^{1,3,4,7}		
		Sobremesa	Tangerina		

CARNAVAL

QUARTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Espetada de Fruta + Scones ^{1,3,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Filetes de Pescada com arroz de tomate e salada de alface e milho ^{1,3,4,7}		
		Sobremesa	Uvas/Salame de Chocolate ^{1,3,7}		
QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Brócolos	Leite MG ⁷ + 1 Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Maçã
		Prato	Frango estufado com grão-de-bico, cenoura, repolho e massa espiral ^{1,3}		
		Sobremesa	Laranja		
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho com Feijão-manteiga	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Bacalhau à espanhola com salada de alface e couve-roxa ⁴		
		Sobremesa	Pera		

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 Fevereiro 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Maçã	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Leite MG ⁷ + 1 Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Coxas de Frango à Rosa do Adro com arroz de ervilhas e salada de tomate ¹		
		Sobremesa	Tangerina		
TERÇA	Pão saloio com Queijo ¹	Sopa	Creme de Alface	1 logurte liquido de aromas ⁷ + Panquecas de Beterraba e Banana ^{1,3}	Pera
		Prato	Empadão de atum com espinafres e cenoura raspada ^{1,3,4,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Melão		
QUARTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Brócolos	Salada de Fruta + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Massa à lavrador com salada de tomate ^{1,3,6,7}		
		Sobremesa	Laranja		
QUINTA	Maçã	Sopa	Sopa de Repolho	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Pescada cozida com todos (pescada, ovo, batata e feijão-verde) ^{3,4}		
		Sobremesa	Pera		
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora, Alho-francês e Couve-flor	Kiwi Laminado + 1 Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Feijoada de Cação com arroz branco e salada de alface ⁴		
		Sobremesa	Tangerina/Bolo de Cenoura ^{1,3,7}		

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 rijas, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 26 de Fevereiro a 01 de Março 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Espinafres	1 logurte liquido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Maçã
		Prato	Caldeirada de Raia com Juliana de legumes (repolho e cenoura) ⁴		
		Sobremesa	Melão		
TERÇA	Pera	Sopa	Creme de Abóbora e Brócolos	Gelatina ^{1,5,6,7,8,9,12} + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Arroz de Pato com salada de alface e tomate ^{1,6,7}		
		Sobremesa	Tangerina		
QUARTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho	Leite MG ⁷ + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Banana
		Prato	Jardineira de Pescada com salada de Couve-roxa ⁴		
		Sobremesa	Maçã		
QUINTA	Maçã	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Salada de Fruta + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Esparguete à Bolonesa com salada de couve-roxa e cenoura ^{1,3}		
		Sobremesa	Laranja		
SEXTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda com Feijão-manteiga	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão saloio com Marmelada ¹	Pera
		Prato	Bacalhau à Brás com salada de Alface e Tomate ^{3,4}		
		Sobremesa	Uvas		

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.