EMENTA
INFANTÁRIO
Lanche da Manhã

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Lanche Manhã	Sumo de fruta (maçã) com pão[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14]	621	147	0,9	0,2	29,6	8,8	3,7	0,6
Lanche Manhã bebés	Fruta cozida (maçã e pera)	236	56	0,5	0,1	11,5	11,5	0,2	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Lanche Manhã	Sumo de fruta (laranja e cenoura) com bolachas[1,3,5,6,7,8,11,12]	501	119	2,1	1,0	21,5	8,3	2,4	0,3
Lanche Manhã bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Lanche Manhã	Banana com pão[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14]	727	172	0,8	0,2	34,7	12,5	4,6	0,6
Lanche Manhã bebés	Fruta cozida (maçã e pera)	236	56	0,5	0,1	11,5	11,5	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Lanche Manhã	Sumo de maçã com bolachas[1,3,5,6,7,8,11,12]	612	145	2,5	1,2	27,6	13,2	2,0	0,3
Lanche Manhã bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Lanche Manhã	Pera cozida com pão[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14]	612	145	0,8	0,1	28,7	6,2	4,1	0,6
Lanche Manhã bebés	Fruta cozida (maçã e pera)	236	56	0,5	0,1	11,5	11,5	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
07 a 11 Setembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de brócolos com peru	170	40	1,2	0,2	4,4	1,1	2,7	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de legumes (batata, abóbora, couve, cenoura e pimpinela) com frango moído	166	39	1,1	0,2	4,1	1,2	2,7	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de abóbora com feijão-verde e solha[4]	166	39	1,1	0,2	4,8	1,3	2,2	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de couve-flor (batata, cenoura, nabo, alho francês e couve-flor) e pescada cozida[4]	162	39	1,1	0,2	4,3	1,5	2,2	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura com couve-flor com carne vaca	221	53	2,4	0,6	4,5	1,2	2,8	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de curgetes com alho francês e pescada[4]	149	35	1,0	0,2	4,4	1,0	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de feijão-verde (batata, cebola, cenoura, nabo e f.verde) e filete abrótea moída[4]	162	39	1,1	0,2	4,5	1,4	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de pimpinela com brócolos com frango	151	36	1,1	0,2	4,2	1,1	2,0	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de curgete (batata, cebola, cenoura, curgete, alho francês) e carne borrego moída	156	37	1,2	0,3	4,2	1,1	1,8	0,0
Sobremesa bebés	Maçã fuji cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
14 a 18 Setembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de feijão-verde com pescada[4]	173	41	1,0	0,2	5,1	1,3	2,2	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de cenoura (batata, cebola, a.francês, cenoura e nabo) e fogonero cozido[4]	161	38	1,1	0,2	4,4	1,3	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de couve-flor e brócolos com borrego	144	34	1,3	0,2	3,4	1,3	1,7	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de brócolos (batata, cebola, abóbora, alho francês e brócolos) com frango moído	151	36	1,1	0,2	4,2	1,1	2,0	0,0
Sobremesa bebés	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de batata-doce e alho francês com fogonero[4]	155	37	1,1	0,2	4,3	1,8	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de acelgas (batata, cebola, abóbora, cenoura, nabo e acelgas) com pescada cozida[4]	161	38	1,2	0,2	4,8	1,1	1,9	0,0
Sobremesa bebés	Maçã golden cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura e alface com peru	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de alface (batata, cenoura, curgete, cebola e alface) e peru moído	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de abóbora e feijão-verde com corvina[4]	167	40	1,1	0,2	4,8	1,3	2,3	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de espinafres (batata, cebola, cenoura, abóbora, espinafres) e corvina cozida[4]	160	38	1,2	0,2	4,5	1,0	2,0	0,1
Sobremesa bebés	Maça starking cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
21 a 25 Setembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e cenoura com coelho	175	42	1,5	0,2	4,8	1,2	1,8	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de legumes (batata, abóbora, couve, cenoura e pimpinela) com frango moído	166	39	1,1	0,2	4,1	1,2	2,7	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de alho francês com abóbora e pescada[4]	149	35	1,0	0,2	4,4	1,0	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de couve-flor (batata, cenoura, nabo, alho francês e couve-flor) e pescada cozida[4]	162	39	1,1	0,2	4,3	1,5	2,2	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de feijão-verde e cenoura com frango	171	41	1,1	0,2	4,8	1,3	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de pimpinela e couve-flor com fogonero[4]	153	37	0,9	0,1	4,5	1,3	2,3	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de feijão-verde (batata, ceobla, cenoura, nabo e f.verde) e filete abrótea moída[4]	162	39	1,1	0,2	4,5	1,4	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e alface com carne de vaca	186	44	1,9	0,5	4,3	0,9	2,2	
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	
Sopa bebés	Puré de curgete (batata, cebola, cenoura, curgete, alho francês) e carne borrego moída	156	37	1,2	0,3	4,2	1,1	1,8	
Sobremesa bebés	Maçã fuji cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
28 Setembro a 02 Outubro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura com alface e abrótea[4]	148	35	1,1	0,2	3,6	0,9	2,7	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de cenoura (batata, cebola, a.francês, cenoura e nabo) e fogonero cozido[4]	161	38	1,1	0,2	4,4	1,3	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de abóbora com feijão-verde e frango	171	41	1,1	0,2	4,8	1,3	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de brócolos (batata, cebola, abóbora, alho francês e brocolos) com frango moído	151	36	1,1	0,2	4,2	1,1	2,0	0,0
Sobremesa bebés	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de brócolos e couve-flor com pescada[4]	166	40	1,2	0,2	4,1	1,2	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de acelgas (batata, cebola, abóbora, cenoura, nabo e acelgas) com pescada cozida[4]	161	38	1,2	0,2	4,8	1,1	1,9	0,0
Sobremesa bebés	Maçã golden cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e cenoura com peru	180	43	1,3	0,2	4,6	1,2	2,6	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de alface (batata, cenoura, courgette, cebola e alface) e peru moído	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de pimpinela e feijão-verde com fogonero[4]	167	40	1,1	0,2	4,6	1,4	2,2	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de espinafres (batata, cebola, cenoura, abóbora, espinafres) e corvina cozida[4]	160	38	1,2	0,2	4,5	1,0	2,0	0,1
Sobremesa bebés	Maçã starking cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
05 a 10 Outubro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa									
Sobremesa									
Sopa bebés									
Sobremesa bebés									

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de couve-flor e brócolos com alabote[4]	176	42	1,3	0,2	4,5	1,4	2,6	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de couve-flor (batata, cenoura, nabo, alho francês e couve-flor) e pescada cozida[4]	162	39	1,1	0,2	4,3	1,5	2,2	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de batata-doce e alho francês com filete de paloco[4]	176	42	1,4	0,2	4,8	2,1	2,0	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura e alface com pescada[4]	168	40	1,4	0,2	4,5	1,1	2,0	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de feijão-verde (batata, ceobla, cenoura, nabo e f.verde) e filete abrótea moída[4]	162	39	1,1	0,2	4,5	1,4	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta									
Sopa	Puré de feijão-verde e cenoura com frango	171	41	1,1	0,2	4,8	1,3	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
12 a 16 Outubro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de abóbora e feijão-verde com pescada[4]	173	41	1,0	0,2	5,1	1,3	2,2	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de cenoura (batata, cebola, a.francês, cenoura e nabo) e fogonero cozido[4]	161	38	1,1	0,2	4,4	1,3	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura e alface com borrego	173	41	1,6	0,3	4,6	1,1	1,8	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de brócolos (batata, cebola, abóbora, alho francês e brócolos) com frango moído	151	36	1,1	0,2	4,2	1,1	2,0	0,0
Sobremesa bebés	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de batata-doce e alho francês com abrótea[4]	167	40	1,2	0,2	5,1	1,9	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de acelgas (batata, cebola, abóbora, cenoura, nabo e acelgas) com pescada cozida[4]	161	38	1,2	0,2	4,8	1,1	1,9	0,0
Sobremesa bebés	Maçã golden cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de brócolos e couve-flor com frango	172	41	1,1	0,2	4,7	1,1	2,8	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de alface (batata, cenoura, curgete, cebola e alface) e peru moído	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e feijão-verde com solha[4]	163	39	1,1	0,2	4,8	1,3	2,1	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de espinafres (batata, cebola, cenoura, abóbora, espinafres) e corvina cozida[4]	160	38	1,2	0,2	4,5	1,0	2,0	0,1
Sobremesa bebés	Maçã starking cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
19 a 23 Outubro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de brócolos com peru	170	40	1,2	0,2	4,4	1,1	2,7	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de legumes (batata, abóbora, couve, cenoura e pimpinela) com frango moído	166	39	1,1	0,2	4,1	1,2	2,7	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de abóbora com feijão-verde e solha[4]	166	39	1,1	0,2	4,8	1,3	2,2	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de couve-flor (batata, cenoura, nabo, alho francês e couve-flor) e pescada cozida[4]	162	39	1,1	0,2	4,3	1,5	2,2	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura com couve-flor com carne vaca	221	53	2,4	0,6	4,5	1,2	2,8	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de curgetes com alho francês e pescada[4]	149	35	1,0	0,2	4,4	1,0	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de feijão-verde (batata, cebola, cenoura, nabo e f.verde) e filete abrótea moída[4]	162	39	1,1	0,2	4,5	1,4	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de pimpinela com brócolos com frango	151	36	1,1	0,2	4,2	1,1	2,0	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de curgete (batata, cebola, cenoura, curgete, alho francês) e carne borrego moída	156	37	1,2	0,3	4,2	1,1	1,8	0,0
Sobremesa bebés	Maçã fuji cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
26 a 30 Outubro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de feijão-verde com pescada[4]	173	41	1,0	0,2	5,1	1,3	2,2	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de cenoura (batata, cebola, a.francês, cenoura e nabo) e fogonero cozido[4]	161	38	1,1	0,2	4,4	1,3	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de couve-flor e brócolos com borrego	144	34	1,3	0,2	3,4	1,3	1,7	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de brócolos (batata, cebola, abóbora, alho francês e brócolos) com frango moído	151	36	1,1	0,2	4,2	1,1	2,0	0,0
Sobremesa bebés	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de batata-doce e alho francês com fogonero[4]	155	37	1,1	0,2	4,3	1,8	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de acelgas (batata, cebola, abóbora, cenoura, nabo e acelgas) com pescada cozida[4]	161	38	1,2	0,2	4,8	1,1	1,9	0,0
Sobremesa bebés	Maçã golden cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura e alface com peru	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de alface (batata, cenoura, curgete, cebola e alface) e peru moído	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de abóbora e feijão-verde com corvina[4]	167	40	1,1	0,2	4,8	1,3	2,3	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de espinafres (batata, cebola, cenoura, abóbora, espinafres) e corvina cozida[4]	160	38	1,2	0,2	4,5	1,0	2,0	0,1
Sobremesa bebés	Maça starking cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
02 a 06 Novembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e cenoura com coelho	175	42	1,5	0,2	4,8	1,2	1,8	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de legumes (batata, abóbora, couve, cenoura e pimpinela) com frango moído	166	39	1,1	0,2	4,1	1,2	2,7	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de alho francês com abóbora e pescada[4]	149	35	1,0	0,2	4,4	1,0	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de couve-flor (batata, cenoura, nabo, alho francês e couve-flor) e pescada cozida[4]	162	39	1,1	0,2	4,3	1,5	2,2	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de feijão-verde e cenoura com frango	171	41	1,1	0,2	4,8	1,3	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de pimpinela e couve-flor com fogonero[4]	153	37	0,9	0,1	4,5	1,3	2,3	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de feijão-verde (batata, ceobla, cenoura, nabo e f.verde) e filete abrótea moída[4]	162	39	1,1	0,2	4,5	1,4	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e alface com carne de vaca	186	44	1,9	0,5	4,3	0,9	2,2	
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	
Sopa bebés	Puré de curgete (batata, cebola, cenoura, curgete, alho francês) e carne borrego moída	156	37	1,2	0,3	4,2	1,1	1,8	
Sobremesa bebés	Maçã fuji cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
09 a 13 Novembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura com alface e abrótea[4]	148	35	1,1	0,2	3,6	0,9	2,7	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de cenoura (batata, cebola, a.francês, cenoura e nabo) e fogonero cozido[4]	161	38	1,1	0,2	4,4	1,3	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de abóbora com feijão-verde e frango	171	41	1,1	0,2	4,8	1,3	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de brócolos (batata, cebola, abóbora, alho francês e brocolos) com frango moído	151	36	1,1	0,2	4,2	1,1	2,0	0,0
Sobremesa bebés	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de brócolos e couve-flor com pescada[4]	166	40	1,2	0,2	4,1	1,2	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de acelgas (batata, cebola, abóbora, cenoura, nabo e acelgas) com pescada cozida[4]	161	38	1,2	0,2	4,8	1,1	1,9	0,0
Sobremesa bebés	Maçã golden cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e cenoura com peru	180	43	1,3	0,2	4,6	1,2	2,6	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de alface (batata, cenoura, courgette, cebola e alface) e peru moído	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de pimpinela e feijão-verde com fogonero[4]	167	40	1,1	0,2	4,6	1,4	2,2	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de espinafres (batata, cebola, cenoura, abóbora, espinafres) e corvina cozida[4]	160	38	1,2	0,2	4,5	1,0	2,0	0,1
Sobremesa bebés	Maçã starking cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
16 a 20 Novembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de espinafres com carne de vaca	211	50	2,4	0,6	4,1	1,1	2,6	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de legumes (batata, abóbora, couve, cenoura e pimpinela) com frango moído	166	39	1,1	0,2	4,1	1,2	2,7	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de couve-flor e brócolos com alabote[4]	176	42	1,3	0,2	4,5	1,4	2,6	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de couve-flor (batata, cenoura, nabo, alho francês e couve-flor) e pescada cozida[4]	162	39	1,1	0,2	4,3	1,5	2,2	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de batata-doce e alho francês com filete de paloco[4]	176	42	1,4	0,2	4,8	2,1	2,0	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura e alface com pescada[4]	168	40	1,4	0,2	4,5	1,1	2,0	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de feijão-verde (batata, ceobla, cenoura, nabo e f.verde) e filete abrótea moída[4]	162	39	1,1	0,2	4,5	1,4	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta									
Sopa	Puré de feijão-verde e cenoura com frango	171	41	1,1	0,2	4,8	1,3	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
23 a 27 Novembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de abóbora e feijão-verde com pescada[4]	173	41	1,0	0,2	5,1	1,3	2,2	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de cenoura (batata, cebola, a.francês, cenoura e nabo) e fogonero cozido[4]	161	38	1,1	0,2	4,4	1,3	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura e alface com borrego	173	41	1,6	0,3	4,6	1,1	1,8	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de brócolos (batata, cebola, abóbora, alho francês e brócolos) com frango moído	151	36	1,1	0,2	4,2	1,1	2,0	0,0
Sobremesa bebés	Pera	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de batata-doce e alho francês com abrótea[4]	167	40	1,2	0,2	5,1	1,9	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de acelgas (batata, cebola, abóbora, cenoura, nabo e acelgas) com pescada cozida[4]	161	38	1,2	0,2	4,8	1,1	1,9	0,0
Sobremesa bebés	Maçã golden cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de brócolos e couve-flor com frango	172	41	1,1	0,2	4,7	1,1	2,8	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de alface (batata, cenoura, curgete, cebola e alface) e peru moído	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e feijão-verde com solha[4]	163	39	1,1	0,2	4,8	1,3	2,1	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de espinafres (batata, cebola, cenoura, abóbora, espinafres) e corvina cozida[4]	160	38	1,2	0,2	4,5	1,0	2,0	0,1
Sobremesa bebés	Maçã starking cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
30 Novembro a 04 Dezembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de brócolos com peru	170	40	1,2	0,2	4,4	1,1	2,7	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de legumes (batata, abóbora, couve, cenoura e pimpinela) com frango moído	166	39	1,1	0,2	4,1	1,2	2,7	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa									
Sobremesa									
Sopa bebés									
Sobremesa bebés									

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura com couve-flor com carne vaca	221	53	2,4	0,6	4,5	1,2	2,8	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de curgetes com alho francês e pescada[4]	149	35	1,0	0,2	4,4	1,0	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de feijão-verde (batata, cebola, cenoura, nabo e f.verde) e filete abrótea moída[4]	162	39	1,1	0,2	4,5	1,4	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de pimpinela com brócolos com frango	151	36	1,1	0,2	4,2	1,1	2,0	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de curgete (batata, cebola, cenoura, curgete, alho francês) e carne borrego moída	156	37	1,2	0,3	4,2	1,1	1,8	0,0
Sobremesa bebés	Maçã fuji cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
07 a 11 Dezembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de feijão-verde com pescada[4]	173	41	1,0	0,2	5,1	1,3	2,2	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de cenoura (batata, cebola, a.francês, cenoura e nabo) e fogonero cozido[4]	161	38	1,1	0,2	4,4	1,3	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa									
Sobremesa									
Sopa bebés									
Sobremesa bebés									

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de batata-doce e alho francês com fogonero[4]	155	37	1,1	0,2	4,3	1,8	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de acelgas (batata, cebola, abóbora, cenoura, nabo e acelgas) com pescada cozida[4]	161	38	1,2	0,2	4,8	1,1	1,9	0,0
Sobremesa bebés	Maçã golden cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de cenoura e alface com peru	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de alface (batata, cenoura, curgete, cebola e alface) e peru moído	161	38	1,1	0,2	4,1	0,9	2,5	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de abóbora e feijão-verde com corvina[4]	167	40	1,1	0,2	4,8	1,3	2,3	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de espinafres (batata, cebola, cenoura, abóbora, espinafres) e corvina cozida[4]	160	38	1,2	0,2	4,5	1,0	2,0	0,1
Sobremesa bebés	Maça starking cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

EMENTA
INFANTÁRIO
14 a 18 Dezembro

Segunda		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e cenoura com coelho	175	42	1,5	0,2	4,8	1,2	1,8	0,1
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de legumes (batata, abóbora, couve, cenoura e pimpinela) com frango moído	166	39	1,1	0,2	4,1	1,2	2,7	0,0
Sobremesa bebés	Pera cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Terça		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de alho francês com abóbora e pescada[4]	149	35	1,0	0,2	4,4	1,0	1,9	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de couve-flor (batata, cenoura, nabo, alho francês e couve-flor) e pescada cozida[4]	162	39	1,1	0,2	4,3	1,5	2,2	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quarta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de feijão-verde e cenoura com frango	171	41	1,1	0,2	4,8	1,3	2,5	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sopa bebés	Puré de abóbora (batata, cebola, nabo, pimpinela e abóbora) com carne vaca moída	202	48	2,2	0,6	4,6	0,9	2,4	0,0
Sobremesa bebés	Maçã royal gala cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de pimpinela e couve-flor com fogonero[4]	153	37	0,9	0,1	4,5	1,3	2,3	0,0
Sobremesa	Fruta cozida	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0
Sopa bebés	Puré de feijão-verde (batata, ceobla, cenoura, nabo e f.verde) e filete abrótea moída[4]	162	39	1,1	0,2	4,5	1,4	2,1	0,0
Sobremesa bebés	Banana	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa	Puré de nabo e alface com carne de vaca	186	44	1,9	0,5	4,3	0,9	2,2	
Sobremesa	Fruta cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	
Sopa bebés	Puré de curgete (batata, cebola, cenoura, curgete, alho francês) e carne borrego moída	156	37	1,2	0,3	4,2	1,1	1,8	
Sobremesa bebés	Maçã fuji cozida	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 4Peixes. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.
VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações
Se é alergico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição
A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas