Ementa



Semana I

SEGUNDA – FEIRA

SOPA	Ervilhas
PRATO	Vaca moída com Massinhas e Cenoura cozida [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

SOPA	Abóbora e Repolho
PRATO	Peixe-alabote desfiado com Arroz e Brócolos [4,12]
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

SOPA	Canja [1,3,12]
PRATO	Frango moído com Massinhas e Feijão-verde [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

SOPA	Agrião e Feijão-encarnado
PRATO	Pescada desfiada com Arroz e Couve-flor [4,12]
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

SOPA	Alho-francês
PRATO	Peru moído com Massinhas e Macedónia [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta

ALERGÉNIOS EM RODAPÉ

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten, [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de Sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota 1: Gelatina[1,3,6,7,8,12] Nota 2: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

Ementa



Semana II

SEGUNDA – FEIRA

SOPA	Feijão-verde
PRATO	Pescada desfiada com Arroz e Couve-flor [4,12]
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

SOPA	Cenoura e Feijão-branco
PRATO	Vaca moída com Massinhas e Brócolos [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

SOPA	Juliana
PRATO	Peixe-fogonero desfiado com Batatinha e Macedónia [4,12]
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

SOPA	Abóbora e Acelgas
PRATO	Frango moído com Arroz e Feijão-verde [12]
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

SOPA	Espinafres
PRATO	Peixe-granadeiro desfiado com Massinhas e Cenoura cozida [1,3,4,12]
SOBREMESA	Fruta



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten, [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de Sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota 1: Gelatina[1,3,6,7,8,12] Nota 2: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

Ementa



Semana III

SEGUNDA – FEIRA

SOPA	Brócolos
PRATO	Vaca moída com Massinhas e Feijão-verde [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

SOPA	Alho-francês e Grão-de-bico
PRATO	Ovo[3] * / Peixe-alabote desfiado com Arroz e Cenoura cozida [3,4,12]
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

SOPA	Canja [1,3,12]
PRATO	Frango moído com Massinhas e Macedónia [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

SOPA	Sopa de Legumes
PRATO	Peixe-fogonero com Batatinha e Brócolos [4,12]
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

SOPA	Abóbora e Agrião
PRATO	Peru moído com Arroz e Couve-flor [12]
SOBREMESA	Fruta

*Apenas para as crianças que já introduziram **OVO** na sua alimentação.



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten, [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de Sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota 1: Gelatina[1,3,6,7,8,12] Nota 2: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

Ementa



Semana IV

SEGUNDA – FEIRA

SOPA	Cenoura e Couve-flor
PRATO	Peixe-alabote desfiado com Massinhas e Cenoura cozida [1,3,4,12]
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

SOPA	Agrião
PRATO	Frango moído com Arroz e Curgete [12]
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

SOPA	Abóbora com feijão-catarino
PRATO	Pescada desfiada com Batatinha e Brócolos [4,12]
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

SOPA	Couve-repolho
PRATO	Vaca moída com Arroz e Macedónia [12]
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

SOPA	Espinafres e Grão-de-bico
PRATO	Peixe-fogonero desfiado com Massinhas e Feijão-verde [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten, [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de Sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota 1: Gelatina[1,3,6,7,8,12] Nota 2: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos



Semana V

SEGUNDA – FEIRA

SOPA	Abóbora e Espinafres
PRATO	Peru moído com Massinhas e Brócolos [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta

TERÇA – FEIRA

SOPA	Alho-francês e Nabo
PRATO	Peixe-fogonero desfiado Arroz e Cenoura cozida [4,12]
SOBREMESA	Fruta

QUARTA – FEIRA

SOPA	Cenoura e Grão-de-bico
PRATO	Vaca moída com Massinhas e Feijão-verde [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta

QUINTA – FEIRA

SOPA	Legumes
PRATO	Ovo[3] * / Pescada desfiada com Arroz e Macedónia [4,12]
SOBREMESA	Fruta

SEXTA – FEIRA

SOPA	Feijão-encarnado e Repolho
PRATO	Frango moído com Massinha e Couve-flor [1,3,12]
SOBREMESA	Fruta

*Apenas para as crianças que já introduziram **OVO** na sua alimentação.



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: [1]Cereais que contêm glúten, [2]Crustáceos, [3]Ovos, [4]Peixes, [5]Amendoins, [6]Soja, [7]Leite, [8]Frutos de casca rija, [9]Aipo, [10]Mostarda, [11]Sementes de Sésamo, [12]Dióxido de enxofre e sulfitos, [13]Tremoço, [14]Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota 1: Gelatina[1,3,6,7,8,12] Nota 2: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos