

## MAPA DE EMENTAS

	05-09-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Brócolos	
	Prato	Almôndegas de aves com arroz de ervilha e feijão verde	Glúten, ovo, soja
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
	06-09-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Legumes	
	Prato	Massinha de atum com alface	Glúten, peixe
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
	07-09-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Grão com espinafres	
	Prato	Jardineira de carnes (Porco, Vaca) com arroz e macedónia	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
	08-09-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Caldo Verde	
	Prato	Filetes de pescada no forno com batata cozida e cenoura raspada	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
	09-09-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Canja	Glúten
	Prato	Perna de frango assado com arroz e milho doce	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

12-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Acelgas	
	Prato	Esparguete à bolonhesa	Glúten, Soja
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
13-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Trigo	Glúten
	Prato	Barrinhas de pescada com arroz de cenoura e couve-flôr	Glúten, Ovo
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
14-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Primavera	
	Prato	Perninha de peru estufada com macarrão, tomate e beterraba raspada	Glúten
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
15-09-2016			Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Feijão verde	
	Prato	Arroz de peixe (Granadeiro) com ervilha	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
16-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Agrião	
	Prato	Pá de Porco Assada com Batata à Padeiro	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

19-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Alho Francês	
	Prato	Empadão de carne com arroz e salada de alface	Leite, manteiga
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
20-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Abóbora com Massinha	Glúten
	Prato	Omolete de legumes (cenoura, milho doce e ervilha) com massa de tomatada	Ovo, Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
21-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Cevadinha	
	Prato	Arroz de aves e brócolos	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
22-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Canja	Glúten
	Prato	Filete de pescada assada com batata cozida e salada de alface	Peixe
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
23-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Creme de couve-flôr	
	Prato	Carne de Porco Estufada com Macarrão, Ervilhas, Cenoura e F Verde	Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

26-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Creme de cenoura	
	Prato	Hamburguer de aves com massa espirais e beterraba raspada	Glúten, Ovo, Soja
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
27-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Feijão com lombardo	
	Prato	Filete de alabote assado com molho de tomate, puré batata e feijão verde	Peixe, Leite, manteiga
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
28-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Espinafres	
	Prato	Perna de Frango Assada no Forno com Batata Doce	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
29-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Acelgas	
	Prato	Arroz de paloco com alface e milho doce	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
30-09-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Primavera	
	Prato	Carnes estufadas (Vaca, Porco) com macedónia e macarrão	Glúten
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

03-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Legumes	
	Prato	Almondegas estufadas com esparguete, cenoura e courgette	Ovo, Glúten, Soja
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
04-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Lentilhas	
	Prato	Arroz de atum com alface e tomate	Peixe
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
05-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Creme de abóbora	
	Prato	Frango assado com massa macarrão e feijão verde	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
06-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Caldo Verde	
	Prato	Filete de paloco no forno com batata cozida e brócolos	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
07-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Alho Francês	
	Prato	Perninhas de peru estufadas com arroz branco e salada de pepino	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

	10-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Feijão verde	
	Prato	Omolete simples com arroz de ervilha e cenoura raspada	Ovo
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
	11-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Beterraba	
	Prato	Barrinhas de pescada com massa de tomatada e milho doce	Ovo, Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
	12-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Juliana	
	Prato	Jardineira de frango com macedônia e arroz branco	
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
	13-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Agrião	
	Prato	Salada Russa com atum (batata doce, cenoura, milho cozido, beterraba cozida aos cubos)	Peixe, ovo
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
	14-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Creme de couve-flôr	
	Prato	Macarronada de porco com macedonia	Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

	17-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Brócolos	
	Prato	Almondégas de aves com arroz de ervilha e feijão verde	Glúten, ovo, soja
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
	18-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Legumes	
	Prato	Massinha de atum com alface	Glúten, peixe
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
	19-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Grão com espinafres	
	Prato	Jardineira de carnes (Porco, Vaca) com arroz e macedónia	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
	20-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Caldo Verde	
	Prato	Filetes de pescada no forno com batata cozida e cenoura raspada	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
	21-10-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Canja	Glúten
	Prato	Perna de frango assado com arroz e milho doce	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

24-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Acelgas	
	Prato	Esparguete à bolonhesa	Glúten, Soja
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten

25-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Trigo	Glúten
	Prato	Barrinhas de pescada com arroz de cenoura e couve-flôr	Glúten, Ovo
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten

26-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Primavera	
	Prato	Perninha de peru estufada com macarrão, tomate e beterraba raspada	Glúten
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten

27-10-2016			Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Feijão verde	
	Prato	Arroz de peixe (Granadeiro) com alface e milho doce	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten

28-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Agrião	
	Prato	Pá de Porco Assada com Batata à Padeiro	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade





## MAPA DE EMENTAS

31-10-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Alho Francês	
	Prato	Empadão de carne com arroz e salada de alface	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten

01-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Abóbora com Massinha	Glúten
	Prato	Omolete de legumes (cenoura, milho doce e ervilha) com massa de tomatada	Ovo, Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten

02-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Cevadinha	
	Prato	Arroz de aves e brócolos	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten

03-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Canja	Glúten
	Prato	Tilápia assada com molho de tomate, puré batata e feijão verde	Peixe, Glúten, leite, manteiga
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten

04-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Creme de couve-flôr	
	Prato	Carne de Porco Estufada com Macarrão, Ervilhas, Cenoura e F Verde	Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

	07-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Creme de cenoura	
	Prato	Hamburguer de aves com arroz e beterraba raspada	Glúten, Ovo, Soja
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
	08-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Feijão com lombardo	
	Prato	Granadeiro com molho de tomate, puré batata e feijão verde	Peixe, Leite, manteiga
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
	09-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Espinafres	
	Prato	Perna de Frango Assada no Forno com esparguete	Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
	10-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Acelgas	
	Prato	Arroz de paloco com alface e milho doce	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
	11-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Primavera	
	Prato	Perninhas de peru estufadas com massa cotovelo e salada de pepino	Glúten
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

	14-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Feijão verde	
	Prato	Omolete simples com arroz de ervilha e cenoura raspada	Ovo
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
	15-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Beterraba	
	Prato	Barrinhas de pescada com massa de tomatada, pepino e milho doce	Ovo, Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
	16-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Juliana	
	Prato	Jardineira de frango com macedónia e arroz branco	
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
	17-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	Iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Agrião	
	Prato	Salada Russa com atum (batata doce, cenoura, milho cozido, beterraba cozida aos cubos)	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
	18-11-2016	Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Creme de couve-flôr	
	Prato	Feijoada de porco (couve, cenoura) com arroz branco	Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

21-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Brócolos	
	Prato	Almôndegas de aves com arroz de ervilha e feijão verde	Glúten, ovo, soja
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
22-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Legumes	
	Prato	Filetes de pescada no forno com milho cozido (couve picada)	Glúten, peixe
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
23-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Grão com espinafres	
	Prato	Jardineira de carnes (Porco, Vaca) com arroz e macedónia	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
24-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Caldo Verde	
	Prato	Massinha de atum com salada de alface	Peixe, glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
25-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Canja	Glúten
	Prato	Perna de frango assado com arroz e milho doce	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

28-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Acelgas	
	Prato	Esparguete à bolonhesa	Glúten, Soja
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten

29-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
3ª feira	Lanche Manhã	iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Trigo	Glúten
	Prato	Filete de alabote assado com batata cozida	Glúten, Ovo
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten

30-11-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Primavera	
	Prato	Perninha de peru estufada com macarrão, tomate e beterraba raspada	Glúten
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten

01-12-2016			Potenciais Alergêneos
5ª feira	Lanche Manhã	iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Feijão verde	
	Prato	Arroz de peixe (Granadeiro) com alface e milho doce	Peixe
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten

02-12-2016		Almoço	Potenciais Alergêneos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Agrião	
	Prato	Pá de Porco Assada com Batata à Padeiro	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade



## MAPA DE EMENTAS

05-12-2016		Almoço	Potenciais Alergênicos
2ª feira	Lanche Manhã	Pão com fruta (Maçã)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Alho Francês	
	Prato	Empadão de carne com arroz e salada de alface	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com manteiga e Leite	Leite, Glúten
06-12-2016		Almoço	Potenciais Alergênicos
3ª feira	Lanche Manhã	iogurte com bolacha	Leite, Glúten
	Sopa	Abóbora com Massinha	Glúten
	Prato	Tilápia assada com milho cozido (couve picada)	Gluten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com banana	Glúten
07-12-2016		Almoço	Potenciais Alergênicos
4ª feira	Lanche Manhã	Pão com cenoura raspada e leite	Leite, Glúten
	Sopa	Cevadilha	
	Prato	Cozido a portuguesa simples (carne de porco, batata doce, couve, cenoura e arroz)	
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com queijo e leite	Leite, Glúten
08-12-2016		Almoço	Potenciais Alergênicos
5ª feira	Lanche Manhã	iogurte com fruta (Pera)	Leite, manteiga, Glúten
	Sopa	Canja	Glúten
	Prato	Pescada assada com molho de tomate, batata cozida e feijão verde	Peixe, Glúten
	Sobremesa	Gelatina	
	Lanche Tarde	Cereais com Leite	Leite, Glúten
09-12-2016		Almoço	Potenciais Alergênicos
6ª feira	Lanche Manhã	Leite com bolachas	Leite, Glúten
	Sopa	Creme de couve-flôr	
	Prato	Massinha de frango, Ervilhas, Cenoura e F Verde	Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	
	Lanche Tarde	Pão com tomate e leite	Glúten, leite

Por vários motivos poderá haver alteração da ementa, por isso pedimos desculpa, obrigado.

A fruta será fornecida de acordo com a sazonalidade

