



A água dá vida,
a água nutre

2ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + frango
		Arrozinho de peru desfiado com cenoura
Sopa		Sopa de couve branca
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Bolinhos de bacalhau com arroz de feijão malandrinho. Salada
	Pré-Escolar	Bolinhos de bacalhau com arroz de feijão malandrinho. Salada
Sobremesa		Fruta da época

3ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + peru
		Batatinha com carne picada e puré de cenoura
Sopa		Repolho
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Salmão no forno com batata cozida e legumes cozidos ⁴
	Pré-Escolar	Salada de salmão com batata e legumes cozidos ⁴
Sobremesa		Fruta da época

4ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + peru
		Açorda de frango desfiado e cenoura ¹
Sopa		Sopa de cebola com legumes
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Feijoada à Misericórdia ¹²
	Pré-Escolar	Feijoada à Misericórdia ¹²
Sobremesa		Fruta da época

5ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Massinha com carne picada e cenoura
Sopa		Lentilhas e abóbora
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Massa à bolonhesa de atum. Salada mista ^{1.4}
	Pré-Escolar	Massa à bolonhesa de atum/ Lasanha de atum. Salada mista ^{1.4}
Sobremesa		Fruta da época

6ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + frango
		Arrozinho de carne com cenoura ^{1.12}
Sopa		Creme de legumes
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Arroz de aves. Salada mista ¹²
	Pré-Escolar	Arroz de aves. Salada mista
Sobremesa		Fruta da época

Por qualquer motivo esta ementa pode ser alterada. Em caso de necessitar de informações sobre alérgenos consulte a nossa cozinha

Observações

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.

Nutricionista (3162N), Dr.ª Ana Sofia Rebelo