

02 a 06 OUTUBRO de 2023

ALMOÇO



Quarta-feira

.até 12 Meses

Creme de curgete (c/ frango, courgete, cenoura, cebola, alho e azeite)

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 12 aos 24 Meses

Sopa de feijão verde

Arroz à Valenciana[1, 2, 6, 9, 10, 14]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 2 aos 5 Anos

Sopa de feijão verde

Arroz à Valenciana[1, 2, 6, 9, 10, 14]

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Se é alérgico ou intolerante a alguma das substâncias a seguir discriminadas peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa

.até 12 Meses

Sopa de Abóbora e Cenoura (perú, abóbora, batata, cenoura, azeite, alho e cebola)

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 12 aos 24 Meses

Sopa juliana

Costeleta de porco grelhada (c/ arroz branco)

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 2 aos 5 Anos

Sopa juliana

Costeleta de porco grelhada (c/ arroz branco)

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Segunda-feira

.até 12 Meses

Sopa de couve-flor (c/ abrótea, batata, cebola, alho e azeite)[4]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 12 aos 24 Meses

Sopa de espinafres[9]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 2 aos 5 Anos

Sopa de espinafres[9]

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Quinta-feira

.até 12 Meses

creme de batata doce (pescada, batata doce, cenoura, azeite, alho e cebola)[4]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 12 aos 24 Meses

Creme de legumes (Água, batata, cenoura, cebola, brócolos, couve-flor, courgete)

Arroz de peixe (c/ coentros e delicias do mar)[1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 13]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 2 aos 5 Anos

Creme de legumes (Água, batata, cenoura, cebola, brócolos, couve-flor, courgete)

Arroz de peixe (c/ coentros e delicias do mar)[1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 13]

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Terça-feira

.até 12 Meses

Creme de cenoura (c/ frango, batata, cenoura, alho, cebola e azeite)

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 12 aos 24 Meses

Caldo verde[1, 6, 14]

Salteado de legumes (c/ massa)[1, 3, 9]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

.dos 2 aos 5 Anos

Caldo verde[1, 6, 14]

Salteado de legumes (c/ massa)[1, 3, 9]

Salada Mista ou Legumes (Salada Mista meia dose)[9, 14]

Fruta da Época | Maçã ou Pera cozida

Sexta-feira

LEGENDA (? = pode conter)

- 1 GLÚTEN
- 2 CRUSTÁCEOS
- 3 OVOS
- 4 PEIXE
- 5 AMENDOIM
- 6 SOJA
- 7 LEITE
- 8 FRUTOS CASCA RIJA
- 9 AIPO
- 10 MOSTARDA
- 11 SEMENTES DE SÊSAMO
- 12 TREMOÇOS
- 13 MOLUSCOS
- 14 SULFITOS/DIÓXIDO DE ENXOFRE



A ementa pode ser alterada, por imprevistos de carácter excepcional, motivados pelo fornecimento de matérias-primas ou anomalias dos equipamentos de cozinha.