



EMENTA | 26 a 30 de SETEMBRO de 2022

O AMANHÃ DA CRIANÇA | CENTRO DE DIA

DIA	PRATO	ALMOÇO	LANCHE
2ºF 26	SOPA	Legumes	Chá/Cevada/ Leite/logurte
	PRATO	Empadão de novilho com salada	Pão de Mistura com queijo/fiambre/manteiga mel, bolachas, fruta
	SOBREMESA	Fruta da época	
3ºF 27	SOPA	Sopa de brócolos	Chá/Cevada/ Leite/logurte
	PRATO	Calamares estufados com batata cozida e salada	Pão de Mistura com queijo/fiambre/manteiga mel, bolachas, fruta
	SOBREMESA	Fruta da época	
4ºF 28	SOPA	Feijão verde	Chá/Cevada/ Leite/logurte
	PRATO	Arroz de carnes brancas (frango e peru) com salada mista	Pão de Mistura com queijo/fiambre/manteiga mel, bolachas, fruta
	SOBREMESA	Fruta da época	
5ºF 29	SOPA	Juliana de legumes	Chá/Cevada/ Leite/logurte
	PRATO	Bacalhau à Gomes de Sá com salada	Pão de Mistura com queijo/fiambre/manteiga mel, bolachas, fruta
	SOBREMESA	Fruta da época	
6ºF 30	SOPA	Couve branca	Chá/Cevada/ Leite/logurte
	PRATO	Carne de vaca estufada com cenoura e ervilhas, massa cozida e salada	Pão de Mistura com queijo/fiambre/manteiga mel, bolachas, fruta
	SOBREMESA	Fruta da época	

A Nutricionista,

Todas as refeições são acompanhadas por água e pão de mistura

Esta ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos

Dr.ª. Catarina Vieira Ferreira
(3281N)

**ALERGÉNICOS
EM RODAPÉ**

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. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.