



A Nossa Ementa



3ª SEMANA

2ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none">Fruta da época - creche e pré-escolarFruta da época Bolachas de Arroz/Milho - 1º Ciclo
	Almoço	<ul style="list-style-type: none">Sopa do Dia - Creme de AlfaceRojões de peru guisado com massa, cenouras e ervilhasFruta da época
	Lanche	<ul style="list-style-type: none">logurte de aromasPão com manteiga ou marmelada
3ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none">Fruta da época
	Almoço	<ul style="list-style-type: none">Sopa do Dia - EspinafresSalmão no forno com batata e saladaFruta da época
	Lanche	<ul style="list-style-type: none">Leite simples ou com cevadaPão com manteiga ou fiambre
4ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none">Palitos de cenoura
	Almoço	<ul style="list-style-type: none">Sopa do Dia - Creme alho francêsMista de carnes grelhadas (febras e salsichas de porco) com massa e saladaArroz Doce
	Lanche	<ul style="list-style-type: none">Leite simples ou com chocolatePão com manteiga ou queijo
5ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none">Fruta da época
	Almoço	<ul style="list-style-type: none">Sopa do Dia - Couve PortuguesaPescada cozida com batatas, cenoura e couve-florFruta da época
	Lanche	<ul style="list-style-type: none">Leite simples ou com cevadaPão com manteiga ou fiambre
6ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none">Fruta da época - creche e pré-escolarlogurte de aromas - 1º Ciclo
	Almoço	<ul style="list-style-type: none">Sopa do Dia - AcelgasPataniscas de alho francês com arroz de feijão e saladaFruta da época
	Lanche	<ul style="list-style-type: none">Leite simples ou cháPão com manteiga ou queijo

INFORMAÇÃO - Regulamento (EU) n°1169/2011, de 25 de Outubro)

Alertamos para o grupo de alimentos com alergénios:

- Cereais com glúten, Crustáceos, Ovos, Peixe, Amendoim, Frutos de casca rija (nozes, amêndoas, avelãs), Soja, Leite.