

# A Nossa Ementa



## 5ª SEMANA

2ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍎 Fruta da época – Creche e pré-escolar</li> <li>🍌 Fruta da época + bolacha de arroz/milho – 1ºCiclo</li> </ul>
	Almoço	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍲 Sopa do Dia</li> <li>🍲 Strogonoff de peru com massa tricolor e salada</li> <li>🍌 Fruta da época</li> </ul>
	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍌 Iogurte de aromas</li> <li>🍞 Pão com manteiga ou marmelada</li> </ul>
3ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍎 Fruta da época</li> </ul>
	Almoço	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍲 Sopa do Dia</li> <li>🍲 Lombos de pescada estufados com arroz branco e cenoura ralada.</li> <li>🍌 Fruta da época</li> </ul>
	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍌 Leite simples ou com cevada</li> <li>🍞 Pão com manteiga ou Bolo de iogurte</li> </ul>
4ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍎 Fruta da época</li> </ul>
	Almoço	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍲 Sopa do Dia</li> <li>🍲 Frango assado com puré e salada</li> <li>🍌 Fruta da época</li> </ul>
	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍌 Leite simples ou com chocolate</li> <li>🍞 Pão com manteiga ou queijo</li> </ul>
5ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍎 Fruta da época</li> </ul>
	Almoço	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍲 Sopa do Dia</li> <li>🍲 Esparguete primavera (ovo mexido, ervilhas e milho)</li> <li>🍌 Fruta da época</li> </ul>
	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍌 Leite simples ou com cevada</li> <li>🍞 Pão com manteiga ou fiambre</li> </ul>
6ª Feira	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍎 Fruta da época</li> </ul>
	Almoço	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍲 Sopa do Dia</li> <li>🍲 Bacalhau cozido com batata e grão</li> <li>🍌 Fruta da época</li> </ul>
	Lanche	<ul style="list-style-type: none"> <li>🍌 Leite simples ou chá</li> <li>🍞 Pão com manteiga ou queijo</li> </ul>

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.