

Ementa Semanal Jardim de Infância, 1º, 2º e 3º ciclo 1 a 5 de junho



Alergénios

2ª FEIRA

Sopa

Prato Principal

Sobremesa



3ª FEIRA

Sopa

Sopa de cenoura e grão-de-bico

Prato Principal Arroz à Valenciana (carne de porco, vaca, ervilha, cenoura e arroz)

Sobremesa Fruta da época (Maçã)

4ª FEIRA

Sopa

Sopa de abóbora, couve-flor e feijão verde

Prato Principal Filetes de pescada assados, no forno, com batata assada e salada mista (alface, cenoura e cebola)



Peixe

Sobremesa

Fruta da época (Pera)

5ª FEIRA

Sopa

Prato Principal

Sobremesa



6ª FEIRA

Sopa

Sopa de Repolho

Prato Principal Fêveras de porco grelhadas com feijão preto e massa esparguete cozida



Glúten



Ovos



Soja

Sobremesa

Banana

Nota: As refeições são acompanhadas com pão de mistura e água para beber. As ementas estão sujeitas a alterações sempre que se justifique.



Glúten



Crustáceos



Ovos



Peixe



Apo



Mostarda



Grãos de sésamo



Amendoim



Soja



Lácteos



Frutos de casca



Dióxido de enxofre e sulfitos



Moluscos



Tremoços