

Alergénios

2ª FEIRA

Sopa	Creme de abóbora, tomate, feijão verde e frango
Prato Principal	Massinha com frango (massa macarrão) e legumes (cenoura e couve-flor)
Berçário	Massinha com frango (massa macarrão) e legumes (cenoura e couve-flor)
Prato Principal	
Creche	Banana
Sobremesa	



3ª FEIRA

Sopa	Creme de cenoura, ervilha e vitela
Prato Principal	Filetinhos de pescada, no forno, com arroz primavera (cenourinha, ervilha e pimentinho vermelho)
Berçário	Filetinhos de pescada, no forno, com arroz primavera (cenourinha, ervilha e pimentinho vermelho)
Prato Principal	
Creche	
Sobremesa	Puré de pera ou Fruta da época (melão)



4ª FEIRA

Sopa	Creme de feijão verde e coelho
Prato Principal	Bifinhos de peru grelhados com massinha cotovelinhos cozidos e brócolos cozidos
Berçário	Bifinhos de peru grelhados com massinha cotovelinhos cozidos e brócolos cozidos
Prato Principal	
Creche	Puré de maçã ou fruta da época (laranja)
Sobremesa	



5ª FEIRA

Sopa	Creme de cenoura, couve-flor e peru
Prato Principal	Robalinho grelhado com batatinha e cenoura cozida
Berçário	Atum com salada russa (atum, ovo cozido, batata, ervilha e cenoura)
Prato Principal	
Creche	
Sobremesa	Puré de pera ou fruta da época (pera com canela)



6ª FEIRA A

Sopa
Prato Principal
Berçário
Prato Principal
Creche
Sobremesa



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

