

1 a 5 de junho



EMENTA

2ª feira

3ª feira

4ª feira

5ª feira

6ª feira

Berçário, sala 1 e 2 anos

Sopa Prato berçário Prato 1 e 2 anos Sobremesa Lanche berçário Lanche 1 ano Lanche 2 anos	Creme de couve coração OU Creme de couve coração com peru	Creme de brócolos OU Creme de brócolos com coelho ou pescada	Creme de abóbora OU Creme de abóbora com frango	E N C E R R A D O	Creme de couve flor OU Creme de couve flor com peru ou abrótea
	Massa com peru e cenoura	Batata com pescada e curgete	Massa com frango e brócolos		Arroz com abrótea e repolho
	Esparguete à bolonhesa, salada colorida	Batata com pescada, salada de alface e cenoura	Frango no forno com massa, brócolos e couve flor cozidos		Arroz com abrótea, lentilhas, legumes, salada de alface e pepino
	Fruta ou salada de fruta	Fruta	Fruta		Fruta
	Papa láctea*	Iogurte natural e fruta	Papa láctea*		Papa láctea*
	Papas de aveia e fruta	Iogurte natural com aveia e fruta	Pão com queijo e fruta		Iogurte natural com aveia e fruta
	Leite e pão com manteiga	Iogurte natural com aveia e fruta	Pão com queijo e fruta		Iogurte e pão manteiga de amendoim*

Pré-escolar, CATL

Sopa Prato geral Sobremesa Lanche Pré-escolar	Creme de couve coração	Sopa de ervilhas	Creme de abóbora	E N C E R R A D O	Sopa de legumes
	Esparguete à bolonhesa, salada colorida	Caldeirada de peixe, salada de alface e cenoura	Frango no forno com massa, brócolos e couve flor cozidos		Estufado de lentilhas com legumes e arroz, salada de alface e pepino
	Fruta ou gelado	Fruta	Fruta		Fruta
	Leite e pão com manteiga	Iogurte com cereais* e fruta	Leite e pão com queijo creme		Iogurte e pão com queijo

NOTAS:

Alergénios alimentares, informe-se com a nossa equipa. Ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.

*sem açúcares adicionados

Mariana Bessa
Nutricionista | 1220N