

6 a 10 de abril



EMENTA

2ª feira

3ª feira

4ª feira

5ª feira

6ª feira

Berçário, sala 1 e 2 anos

Pré-escolar, CATL

ENCERRADO

ENCERRADO

Sopa	Creme de couve flor OU Creme de couve flor com frango ou pescada	Creme de alho francês OU Creme de alho francês com peru	Creme de couve coração OU Creme de couve coração com coelho ou abrótea	Creme de curgete OU Creme de curgete com frango
Prato berçário	Arroz com pescada e brócolos	Batata com peru e cenoura	Massa com abrótea e feijão verde	Arroz com frango e brócolos
Prato 1 e 2 anos	Arroz com pescada, lentilhas e brócolos	Batata com peru, salada de cenoura e beterraba	Massa com salmão, brócolos e curgete	Arroz de aves, couve roxa salteada com maçã
Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche berçário	logurte natural a e fruta	Papa láctea*	logurte natural a e fruta	Papa láctea*
Lanche 1 ano	logurte natural com aveia e fruta	Pão com queijo e fruta	logurte natural/leite e pão simples	logurte natural com aveia e fruta
Lanche 2 anos	logurte natural com aveia e fruta	Pão com queijo e fruta	Leite e pão com queijo creme	logurte e pão com manteiga

Sopa	Creme de couve flor	Sopa de alho francês	Creme de couve coração	Sopa de grão de bico
Prato geral	Estufado de lentilhas com legumes e arroz, salada de alface e cebola	Especialidade da cozinha (carne porco, ovo, batata), salada de cenoura e beterraba	Massa com salmão, brócolos e curgete	Arroz de aves, couve roxa salteada com maçã
Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta ou gelatina ¹
Lanche Pré-escolar	logurte com cereais* e fruta	Leite e pão com marmelada	Leite e pão com queijo creme	logurte e pão com manteiga

NOTAS:

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

*sem açúcares adicionados 1- Pré-escolar

Mariana Bessa
Nutricionista | 1220N

nUTRIR
CONSULTORIA EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO